



## PENYULUHAN SALAM BESTI (SELAMANYA BEBAS STUNTING) DESA KLEBET KEMIRI KABUPATEN TANGERANG

Kemiri<sup>1</sup>, Irma Dwi Puspita Dewi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Syekh Yusuf Tangerang

Email: [klebetkel17@gmail.com](mailto:klebetkel17@gmail.com)<sup>1</sup>, [dpuspitadewi@unis.ac.id](mailto:dpuspitadewi@unis.ac.id)<sup>2</sup>

### Abstract

*Stunting is a condition where the body's growth is hampered in children due to a lack of adequate nutrition, especially during the early growth period, namely the first two years. This condition usually occurs because children do not get enough nutrition, both in the amount and diversity of food needed for optimal growth. The aim of implementing the Community Work Lecture Program (K3) is to provide knowledge and insight about stunting prevention. As well as to increase public awareness and change people's behavior to live healthy lives. The method for implementing K3 is lectures, discussions and questions and answers to the people of Klebet Village Rt 1, 2, 3 Rw 1 who participate in Posyandu Pisang. Evaluation of this activity was carried out by looking at participants' understanding of stunting and related balanced nutrition. The evaluation results show that 65% of participants in Community Work Lecture (K3) activities understand stunting and balanced nutrition. It is hoped that public knowledge about stunting, especially proper stunting prevention, can reduce the risk of stunting problems in Indonesia.*

**Keywords:** Stunting, Nutrition.

### Abstrak

*Stunting adalah kondisi pertumbuhan tubuh yang terhambat pada anak akibat kurangnya nutrisi yang memadai, terutama pada masa pertumbuhan awal, yaitu dua tahun pertama. Kondisi ini biasanya terjadi karena anak tidak mendapatkan nutrisi yang cukup, baik dalam hal jumlah maupun keanekaragaman makanan yang diperlukan untuk pertumbuhan yang optimal. Tujuan pelaksanaan Program Kuliah Kerja Masyarakat (K3) ini, untuk memberikan pengetahuan dan wawasan tentang pencegahan stunting. Serta untuk meningkatkan kesadaran publik dan perubahan perilaku masyarakat untuk hidup sehat. Metode pelaksanaan K3 yaitu ceramah, diskusi, dan tanya jawab kepada masyarakat Desa Klebet Rt 1, 2, 3 Rw 1 yang ikut serta dalam Posyandu Pisang. Evaluasi dari kegiatan ini dilakukan dengan melihat pemahaman peserta mengenai stunting dan terkait Gizi Seimbang. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 65% peserta kegiatan Kuliah Kerja Masyarakat (K3) telah memahami tentang stunting dan gizi seimbang. Diharapkan pengetahuan masyarakat mengenai stunting khususnya pencegahan stunting yang tepat dapat menurunkan risiko masalah stunting di Indonesia.*

**Kata kunci:** Stunting, Gizi Seimbang.

### PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk kesehatan dan gizi. Kesehatan ini menjadi relevan sejak masa kehamilan dan mencakup asupan makanan bergizi yang dikonsumsi Ibu selama masa kehamilan. Jika selama periode tersebut kebutuhan nutrisi tidak terpenuhi, pertumbuhan dan perkembangan janin bisa terhambat. Apabila masalah ini berlanjut hingga anak mencapai usia 2 tahun, maka anak mengalami hambatan dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Rintangan seiring pertumbuhan anak Anda,

Anda dapat melihat apakah berat dan tinggi badannya tidak sesuai. Memenuhi standar Organisasi Kesehatan Dunia.

*Stunting* adalah salah satu permasalahan kesehatan yang serius dalam masyarakat, terutama di negara-negara berkembang seperti Indonesia, karena tingkat *prevalensi stunting* tetap tinggi hingga saat ini. *Stunting* adalah keadaan dimana pertumbuhan anak terhambat dan gagal karena kekurangan asupan gizi dalam jangka waktu yang lama, yang mana umumnya disebabkan oleh pola makan yang tidak memenuhi kebutuhan gizi anak (Picauly & Toy, 2013).

Kejadian *stunting* pada anak adalah hasil dari suatu proses yang terakumulasi, seperti yang telah tertunjukkan dalam beberapa penelitian, dan proses ini terjadi mulai dari masa kehamilan, masa kanak-kanak, hingga sepanjang siklus kehidupan anak. Proses terjadinya *stunting* pada anak dan risiko peningkatannya terutama terjadi selama dua tahun pertama kehidupan. Ada banyak faktor yang berkontribusi pada anak sejak timbulnya *stunting* pada anak. Faktor-faktor penyebab *stunting* dapat dikelompokkan menjadi penyebab yang langsung dan penyebab yang tidak langsung. Dimana dalam penyebab langsung dari *stunting* itu sendiri melibatkan asupan gizi yang tidak memadai dan keberadaan penyakit infeksi, sementara itu untuk penyebab tidak langsung dari *stunting* itu sendiri melibatkan pola asuh, pelayanan kesehatan, ketersediaan pangan, faktor budaya, ekonomi, dan berbagai faktor lainnya (UNICEF, 2008; Bappenas, 2013). Gizi seimbang adalah kondisi di mana seseorang mendapatkan dan mengonsumsi berbagai jenis nutrisi dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh mereka. Nutrisi yang seimbang mencakup berbagai jenis zat makanan seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral, yang diperlukan oleh tubuh untuk menjalankan fungsi-fungsi penting seperti pertumbuhan, perkembangan, energi, dan menjaga kesehatan.

Meskipun dalam kasus *stunting* di Kabupaten Tangerang pada 2023 turun berjumlah 9.000 kasus dan sekarang turun jadi 6.000 kasus. Hal itu berdasarkan hasil pengukuran melalui aplikasi pencatatan dan pelaporan gizi berbasis masyarakat atau ePPGBM, menurut Kepala DPPKB Kabupaten Tangerang dr. Hendra Tarmizi. Tetapi pencegahan *stunting* harus terus dilakukan agar tidak menghambat pertumbuhan ekonomi, peningkatan kemiskinan, dan memperlebar ketimpangan. Sehingga perlunya upaya pencegahan *stunting* yang melibatkan berbagai aspek, termasuk gizi, perawatan kesehatan, sanitasi, pendidikan, dan kesadaran masyarakat.

Posyandu adalah pusat pelayanan kesehatan yang berbasis masyarakat dan berfungsi sebagai pusat informasi, pendidikan, dan pelayanan kesehatan bagi ibu dan anak-anak balita (Djalaluddin, 2019). Program ini dirancang untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang perawatan kesehatan, gizi, dan perkembangan anak-anak serta memberikan layanan dasar seperti pemantauan pertumbuhan anak, imunisasi, pemberian makanan tambahan, dan penyuluhan kesehatan. Dari uraian di atas maka di pandang perlu untuk melakukan kegiatan penyuluhan Di Posyandu Pisang Desa Klebet Kemiri Kabupaten Tangerang mengingat angka kejadian *stunting* di Desa tersebut masih tinggi.

## METODE

Kegiatan Kuliah Kerja Kemasyarakat ini dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Sasaran penyuluhan ini adalah seluruh masyarakat Desa Klebet, khususnya masyarakat yang ikut serta dalam Posyandu Pisang di Rt 1, 2, 3 Rw 1 Desa Klebet. Peserta yang terlibat dalam kegiatan penyuluhan ini sebanyak 30 orang. Semua peserta yang hadir berasal dari warga

Desa Klebet yang bertempat tinggal di Rt 1, 2, 3 Rw 1 Desa Klebet sekitarnya. Kegiatan ini juga dihadiri langsung oleh Dosen Pendamping Lapangan Kelompok 17 yaitu ibu Irma Dwi Puspita Dewi, S.Pd., MM.

Kegiatan ini dilakukan berkerja sama dengan Bidan Desa Klebet Kecamatan Kemiri Kabupaten Tangerang oleh Ibu Haerunisa A.Md.Keb pada tanggal 22 Agustus 2023 di Posyandu Pisang Desa Klebet. Kegiatan ini berlangsung selama 2 jam, dimulai pada pukul 10.00 – 12.00 WIB menggunakan media poster.

Dalam kegiatan penyuluhan ini, masyarakat berkumpul di lokasi yang telah ditentukan sebagai tempat penyuluhan, yakni di salah satu rumah warga yang dijadikan tempat posyandu. Selanjutnya, acara dimulai dengan kata pembukaan oleh Dosen Pendamping Lapangan dari Kelompok 17. Setelah itu, peserta diberikan penjelasan tentang *stunting* oleh Ibu Haerunisa A.Md.Keb sebagai pemateri, menggunakan bantuan media *PowerPoint* dan peserta diminta untuk mendengarkan dengan seksama penjelasan yang disampaikan oleh pemateri. Setelah pemateri selesai menjelaskan, dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab yang ditujukan kepada peserta untuk mengukur tingkat pemahaman dan pengetahuan para peserta terhadap materi yang telah disampaikan oleh pemateri.

Indikator keberhasilan dari kegiatan ini adalah peningkatan pemahaman masyarakat tentang *stunting* dan gizi seimbang. Yang mana hal ini dapat dinilai melalui kemampuan masyarakat untuk menjelaskan kembali mengenai informasi *stunting* serta langkah-langkah yang dapat diambil untuk mencegah *stunting* pada tahap awal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat adalah upaya untuk menyebarkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni kepada masyarakat dengan tujuan memberikan nilai tambah kepada masyarakat, baik dalam aspek ekonomi, kebijakan, maupun perubahan perilaku sosial. Hal ini dapat dijelaskan dengan fakta bahwa kegiatan pengabdian telah berhasil menciptakan perubahan pada individu, masyarakat, dan institusi, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang.

*Stunting* merupakan kondisi gagal pertumbuhan yang terhambat pada anak balita akibat kurangnya asupan gizi yang berkepanjangan, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Fase kehidupan ini dimulai sejak janin terbentuk selama masa kehamilan (270 hari) dan berlanjut hingga anak mencapai usia 2 tahun (730 hari). Dampak yang terjadi selama periode emas ini memiliki pengaruh besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak hingga dewasa. Berikut adalah langkah-langkah Pola Asuh selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan:

- Saat sedang mengandung, ibu perlu memastikan asupan makanan yang mengandung gizi seimbang.
- Ibu yang sedang hamil harus menjalani setidaknya 6 kali pemeriksaan selama masa kehamilan.
- Memberikan stimulasi pada janin ketika masih dalam kandungan.

Seorang anak dikategorikan mengalami *stunting* jika tinggi atau panjang tubuhnya pada usianya lebih rendah berdasarkan standar nasional yang berlaku (TB/U atau PB/U).

Pencegahan *Stunting* pada Balita bisa dicegah dengan cara:

1. Periksa kehamilan secara teratur
2. Hindari asap rokok
3. Lengkapi imunisasi
4. Berikan ASI Eksklusif dan MPASI adekuat

5. Rutin pantau tumbuh kembang si kecil
6. Berikan asupan gizi baik dan suplemen jika di perlukan.

Pencegahan *Stunting* pada Remaja bisa dicegah dengan cara:

1. Peningkatan penyuluhan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta pola makan yang seimbang
2. Mengonsumsi tablet penambah darah
3. Menghindari rokok serta tidak mengonsumsi narkoba
4. Edukasi tentang kesehatan reproduksi

Pencegahan *Stunting* pada Dewasa Muda bisa dicegah dengan cara:

1. Edukasi dan pelayanan keluarga berencana (KB)
2. Pengenalan awal penyakit (baik yang menular maupun yang tidak)
3. Peningkatan informasi tentang PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat), asupan gizi yang seimbang, serta upaya tidak merokok atau menggunakan narkoba.

Strategi khusus pencegahan *stunting*

- Penyediaan asupan gizi yang baik,
- Pelaksanaan pemantauan perkembangan secara teratur untuk mendeteksi masalah perkembangan anak,
- Sistem rujukan yang bersifat bertingkat.

Dengan perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakukan oleh orang tua, maka angka kejadian *stunting* akan menurun. Adapun Rekomendasi untuk penurunan terjadinya *stunting* yaitu Praktek gizi yang baik dengan cara sebagai berikut:

- Dukungan pemberian ASI
- Dukungan pemberian makanan pendamping
- Dukungan cuci tangan dengan sabun dan perilaku hidup sehat
- Kolaborasi dengan keluarga tentang pemberian MPASI

Dalam rangka merencanakan dan melaksanakan penurunan *stunting* di Desa Klebet, Divisi Kesehatan menyelenggarakan acara penyuluhan *stunting* dengan judul tema “Salam Besti (Selamanya Bebas *Stunting*)” pada 22 Agustus 2023, di Posyandu Pisang, Desa Klebet Kec. Kemiri Kab. Tangerang, Banten. Tema ini dipilih karena Divisi Kesehatan berpandangan bahwa penanganan masalah *stunting* di Desa Klebet harus dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab. Kegiatan ini dihadiri langsung oleh Ibu Irma Dwi Puspita Dewi, S.Pd., MM, selaku Dosen Pembimbing Lapangan dan Ibu Bidan Haerunisa A.Md.Keb, selaku pemateri serta bekerja sama dengan Staff Posyandu. Dihadiri 30 Peserta dalam kegiatan penyuluhan *stunting* ini.

Acara pun berjalan dengan lancar sesuai yang direncanakan, Hasilnya masyarakat dapat pengetahuan di Posyandu Pisang Desa Klebet tentang *stunting* dan gizi seimbang, dan masyarakat mulai menerapkan ilmu yang telah di dapatkan dari penyuluhan tersebut terhadap anak, tetapi juga masih banyak masyarakat di Desa Klebet yang masih acuh terhadap *stunting* dan pentingnya gizi seimbang. Karena kurangnya penghasilan secara ekonomi mengakibatkan masyarakat acuh terhadap kesehatan dan gizi seimbang pada anak.





Gambar 1. Pengukuran Tinggi Badan pada Balita



Gambar 2. Pendaftaran Peserta



Gambar 3. Penyerahan Sertifikat kepada Bidan Haerunisa A.Md.Keb

### KESIMPULAN

Hasilnya Acara berjalan dengan lancar sesuai yang diharapkan dan masyarakat pun dapat pengetahuan di Posyandu Pisang Desa Klebet tentang *stunting* dan gizi seimbang, dan mulai menerapkan pada anak sejak dini, tetapi juga masih banyak masyarakat di Desa Klebet yang masih acuh terhadap *stunting* dan pentingnya gizi seimbang pada anak.

Menurut Kepala DPPKB Kabupaten Tangerang dr. Hendra Tarmizi. Pencegahan *stunting* harus terus dilakukan agar tidak menghambat pertumbuhan ekonomi, peningkatan kemiskinan, dan memperlebar ketimpangan. Sehingga

perlunya upaya pencegahan *stunting* yang melibatkan berbagai aspek, termasuk gizi, perawatan kesehatan, sanitasi, pendidikan, dan kesadaran masyarakat.

Dalam konteks ini, diharapkan angka *stunting* terus mengalami penurunan seiring dengan berjalannya waktu, sehingga semua upaya yang telah direncanakan oleh pemerintah dapat mencapai hasil yang sangat baik. Dengan menurunnya angka *Prevalensi stunting* mencerminkan kesuksesan masyarakat dan pemerintah yang berhasil dalam menerapkan *intervensi* yang telah diimplementasikan secara bersama-sama.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini. Ucapan terima kasih ini datang dari hati yang penuh dengan apresiasi atas kesempatan berharga ini. Semoga program Kuliah Kerja Kemasyarakatan (KKK) ini memberikan manfaat dan pengalaman yang berharga bagi semua yang terlibat.

### DAFTAR PUSTAKA

- Djalaluddin, N. A. (2019). Penyuluhan mengenal *Stunting* dan efeknya pada Pertumbuhan Anak. *Indonesian Journal of Community Dedication*, 1(1), 19–21. <https://doi.org/10.35892/community.v1i1.16>
- Picauly, I., & Toy, S. M. (2013). Analisis Determinan Dan Pengaruh *Stunting* Terhadap Prestasi Belajar Anak Sekolah Di Kupang Dan Sumba Timur, Ntt. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 8(1), 55. <https://doi.org/10.25182/jgp.2013.8.1.55-62>
- Haerunisa A.Md.Keb. (2023). *PowerPoint. Stunting*.