

Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia
Volume 2, Nomor 6, September 2023, Halaman 24-28
 Licenced by CC BY-SA 4.0
 ISSN: [2986-7002](https://doi.org/10.5281/zenodo.8364101)
 DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.8364101>

Mengenal Lebih Dalam Ciri-ciri Stunting, Cara Pencegahannya, dan Perilaku Hidup Sehat dan Bersih

Dian Esha^{1*}, Ali Mubin², Fauzan Hakim³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Tangerang

*Email: dianeshaumt@umt.ac.id¹, alimubin1972@gmail.com², faudirizal@gmail.com³

Abstrak

Pengabdian kepada masyarakat dengan tema "Mengenal lebih dalam ciri-ciri Stunting cara Pencegahannya dan Perilaku Hidup Sehat juga Bersih" merupakan upaya nyata untuk mendorong kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam mengenal dan memahami perilaku hidup yang sehat dan bersih dengan penanggulangan stunting yang paling efektif dilakukan pada 1000 hari pertama kehidupan. Pengabdian dilaksanakan di Kelurahan Pakojan Tangerang dengan peserta warga dan para kader posyandu yang aktif terlibat dalam kegiatan posyandu, Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam mengenal ciri-ciri stunting cara pencegahannya untuk mengembangkan sistem pengelolaan yang lebih efektif dan efisien, mendorong kolaborasi antara masyarakat, pemerintah, dan lembaga terkait dalam mendukung program pencegahan stunting.

Kata kunci: *Ciri-ciri stunting, Pencegahan*

Article Info

Received date: 20 August 2023

Revised date: 29 August 2023

Accepted date: 13 Sept. 2023

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi dimana seseorang kekurangan gizi kronis dalam jangka waktu yang lama, terutama pada seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Sehingga kurang nya tinggi badan dibandingkan dengan anak seusianya.

Pengabdian kepada masyarakat dengan tema "Mengenal lebih dalam ciri – ciri Stunting Cara Pencegahannya dan Perilaku Hidup Sehat juga Bersih" merupakan upaya nyata untuk mendorong kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam mencegah stunting dan selalu hidup sehat dengan asupan yang bergizi serta selalu menjaga kebersihan lingkungan sebagai konsep mengurangi dampak stunting akibat kurangnya pemahaman terhadap gizi seimbang dan kebersihan lingkungan, serta memberdayakan masyarakat agar selalu memeriksakan dan berkonsultasi kepada bidan atau dokter kandungan serta memeriksakan balita nya ke posyandu secara rutin dan memberikan imunisasi lengkap.

Penyebab stunting dilihat dari faktor internal dan eksternal, faktor internal disebabkan oleh kurangnya asupan gizi selama masa kehamilan, anemia saat bayi lahir, berat badan bayi terlalu rendah, serta cacat bawaan janin. Sedangkan faktor eksternal disebabkan oleh kondisi lingkungan dan ekonomi yang buruk, sanitasi kurang baik, serta minimnya akses terhadap makanan bergizi. Adapun ciri ciri dari stunting yaitu :

1. Tinggi badan pendek, anak yang mengalami stunting biasanya memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari anak – anak seumurannya. Pertumbuhan linear akibat defisit gizi yang kronis
2. Berat badan rendah, selain tinggi badan yang pendek, anak stunting juga sering memiliki berat badan yang lebih rendah dibandingkan dengan normal anak usia mereka.

3. Perkembangan fisik tertunda, anak stunting mungkin mengalami keterlambatan dalam perkembangan fisiknya. Misalnya, perkembangan otot dan struktur tubuh lainnya mungkin terhambat.
4. Gangguan kognitif, merupakan kondisi yang mempengaruhi kemampuan berpikir, mengingat, belajar, berbahasa dan berkomunikasi. Anak – anak yang mengalami stunting memiliki resiko lebih tinggi dibandingkan dengan anak normal.
5. Penurunan energi dan aktivitas, Anak stunting cenderung memiliki energi yang lebih rendah dan aktivitas fisik yang terbatas, yang dapat mempengaruhi produktivitas dan kualitas hidup di kemudian hari.
6. Keterlambatan pubertas, stunting juga dapat mempengaruhi perkembangan pubertas pada anak. Anak stunting mungkin mengalami pubertas lebih lambat dibandingkan dengan teman – teman sebaya mereka.
7. Tampak lebih muda dari usia sebenarnya, karena stunting menghambat pertumbuhan fisik, anak yang mengalaminya mungkin terlihat lebih muda dari usia sebenarnya.

Dapat diketahui cara penanggulangan stunting yang paling efektif dilakukan pada 1000 hari pertama kehidupan, yaitu :

1. Pada ibu hamil, memperbaiki gizi dan Kesehatan Ibu hamil merupakan cara terbaik dalam mengatasi stunting, ibu hamil perlu mendapatkan asupan gizi yang baik, sehingga apabila ibu hamil dalam keadaan sangat kurus atau telah mengalami Kurang Energi Kronis (KEK), maka perlu diberikan makanan tambahan kepada ibu hamil tersebut. Setiap ibu hamil perlu mendapat tablet tambah darah, minimal 90 tablet selama kehamilan.
2. Pada saat bayi lahir, persalinan ditolong oleh bidan atau dokter terlatih dan begitu bayi lahir melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD), Bayi sampai dengan usia 6 bulan diberi Air Susu Ibu (ASI) saja (ASI Eksklusif).
3. Bayi berusia 6 bulan sampai dengan 2 tahun, diberi Makanan pendamping Asi (Mp-Asi). Pemberian Asi terus dilakukan sampai bayi berumur 2 tahun atau lebih. Bayi dan anak memperoleh kapsul vitamin A, taburia, imunisasi dasar lengkap.
4. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) harus diupayakan oleh setiap rumah tangga.
5. Pantau Pertumbuhan, Anak yang mengalami stunting, secara fisik postur tubuh yang lebih pendek dari anak seusianya, karena itu penting bagi ibu untuk memantau pertumbuhan tinggi dan berat anak secara rutin di Posyandu yang berada di sekitaran tempat tinggal.

Pemahaman pencegahan stunting ini disosialisasikan kepada warga kelurahan pakojan bertujuan agar warga dan para kader posyandu bisa meningkatkan kesadaran bahwa pentingnya belaku hidup sehat dan memperhatikan lingkungan yang bersih untuk menjadikan generasi muda yang sehat cerdas dan dapat berkemajuan.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan pengabdian dilaksanakan pada hari Senin tanggal 04 September 2023 bertempat di aula Kelurahan Pakojan Kota Tangerang, adapun tahap tahap pelaksanaan pengabdian ini adalah sebagai berikut :



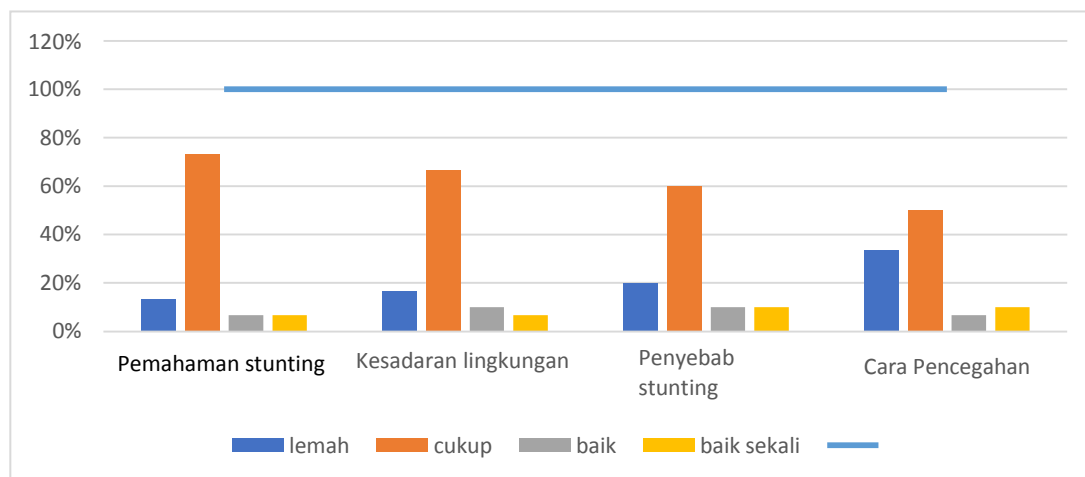
Gambar 1 Tahapan Pengabdian Kepada Masyarakat

1. Studi Pendahuluan: Melakukan survei dan studi literatur untuk memahami kondisi lingkungan, tingkat partisipasi masyarakat, dan potensi ekonomi yang dapat ditingkatkan.
2. Penyusunan Tujuan dan Sasaran: Menetapkan tujuan dan sasaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Sasaran harus dapat diukur sehingga kemajuan dan hasil

- kegiatan dapat dievaluasi dengan baik
3. Sosialisasi dan Pendaftaran: Informasi tentang pelatihan disosialisasikan melalui komunikasi perangkat lurah Kelurahan Pakojan dan papan pengumuman.
 4. Pengembangan Materi Edukasi: Membuat materi edukasi yang menyoroti ciri – ciri stunting dan pencegahannya
 5. Workshop dan Pelatihan: Mengadakan workshop dan pelatihan bagi masyarakat tentang pencegahan stunting yang benar, hidup sehat dan lingkungan yang bersih.
 6. Monitoring dan Evaluasi: Melakukan tanya jawab tentang pemahaman materi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian ini diikuti oleh 35 peserta yang merupakan warga yang sedang hamil dan yang memiliki balita serta para kader dari Posyandu Kelurahan Pakojan, sebelum diberikan materi para peserta diarahkan untuk mengisi daftar hadir dan diberikan kuisioner pre test. Materi disampaikan Bersama tim mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Muhammadiyah Tangerang (UMT) dan setelah diberikan materi peserta diberikan kuisioner pos test.



Gambar 2. hasil pre test

Dari gambar 2 bisa dilihat bahwa dari keseluruhan peserta yang mengisi pre test diketahui peserta masih memiliki pemahaman stunting yang lemah sebanyak 13%, cukup 73%, baik 7% dan baik sekali 7%, artinya peserta dengan pemahaman stunting cukup masih sangat mendominasi. Memiliki kesadaran lingkungan yang lemah sebanyak 17%, cukup 67%, baik 10% dan baik sekali 7% artinya peserta dengan kesadaran lingkungan cukup masih paling tinggi.

Hasil pre test juga menggambarkan bahwa peserta dengan pemahaman penyebab stunting lemah 20%, cukup 60%, baik 10% dan baik sekali 10%, artinya peserta dengan pemahaman penyebab stunting cukup adalah paling banyak yaitu sebesar 60%. Peserta dengan pemahaman cara pencegahan lemah 33%, cukup 50%, baik 7% dan baik sekali 10% artinya peserta dengan pemahaman cara pencegahan cukup paling banyak yaitu sebesar 50%.



Gambar 3. penyampaian materi PKM



Gambar 4. peserta workshop PKM

KESIMPULAN

Setelah terlaksananya pengabdian kepada masyarakat tentang Mengenal lebih dalam ciri-ciri Stunting Cara Pencegahannya dan Perilaku Hidup Sehat juga Bersih di Kelurahan Pakojan dapat disimpulkan :

1. Peserta dengan pemahaman stunting meningkat di Kelurahan Pakojan Kota Tangerang sehingga mampu menciptakan generasi muda yang sehat dan cerdas.
2. Peserta dengan kesadaran lingkungan bersih meningkat dan dapat meimplementasikan di kehidupan sehari – hari arti pentingnya hidup sehat dan bersih
3. Peserta dengan pemahaman penyebab terjadi nya stunting meningkat sehingga dapat menurunkan angka stunting di Kelurahan Pakojan Kota Tangerang
4. Peserta dengan pemahaman cara pencegahan stunting meningkat sehingga dapat menurunkan angka stunting di Kelurahan Pakojan Kota Tangerang.

Diharapkan dengan adanya pengabdian kepada Masyarakat ini bisa menjadikan

peserta yang mampu mengaplikasikan pengetahuan yang telah didapatnya sehingga bisa meningkatkan nilai ekonomi dan menciptakan Generasi muda yang sehat dan cerdas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) UMT, Lurah Pakojan beserta jajaran, mahasiswa kelompok KKN UMT kelurahan Pakojan, Para Kader Posyandu di sekitaran Kelurahan Pakojan, juga warga Kelurahan Pakojan.

Referensi

- Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat universitas Muhammadiyah Tangerang 2023. Pedoman penelitin dan pengabdian kepada masyarakat.
- Arikunto S. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Buttel F. 2007. Customer Relationship Management Concept and Tools. Dialih bahasakan oleh Arief S. Jawa Timur: Bayumedia Publishing.
- Chandra B. 2007. Ilmu Kedokteran Pencegahan Komunitas. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH>
- Journal of Emergency Medicine, 38 (7), 1519 1520. <https://doi.org/10.1016/j.ajem.2020.03>
- Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Dalam Penanganan Balita Stunting Melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Sumber Protein Dan Zink Berbasis Kerang Di Kabupaten Pohuwato Provinsi Gorontalo. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 25(2), 85. <https://doi.org/10.24114/jpkm.v25i2.14517>