

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN KADER POSYANDU DAN ORANGTUA TENTANG STIMULASI DINI, PLAY EXERCISE DAN PEMBERIAN MAKANAN BERGIZI UNTUK PENCEGAHAN STUNTING

Titin Kartiyani¹, Tribudiarti²

^{1,2}Universitas Al Irsyad Cilacap

[tten.fisio@gmail.com](mailto:tien.fisio@gmail.com)

Abstract

Stunting is a condition where a child experiences growth disorders, so that the child's body length or height does not match his age. Stunting is caused by chronic malnutrition or lack of nutritional intake for a long time. The long-term goal to be achieved by providing counseling and training on Early Stimulation, Play Exercise and Providing Nutritious Food to Handle Stunting in the Gombolharjo Adipala Cilacap Region is to prevent the risk of disturbances and prevent and handle stunting in the Adipala region. The method used is to provide training and increase knowledge for Cadres and Parents. . The results of the service showed that the average value of parents' knowledge regarding monitoring the growth of babies under five had increased significantly after health education was carried out by the UNAIC service team from an average value of 69 to 88, resulting in an increase in the average value of 19 points. This can be concluded that there is an increase in parents' knowledge of Stunting, Early Stimulation with tuina massage and play exercise and knowledge about children's nutrition has also increased to the good category.

Keywords: *stunting, early stimulation, play exercise, posyandu cadres*

Abstrak

Stunting merupakan suatu kondisi dimana anak mengalami gangguan pertumbuhan, sehingga panjang badan atau tinggi badan anak tidak sesuai dengan usianya. Stunting disebabkan oleh kekurangan gizi kronis atau kekurangan asupan gizi dalam waktu yang lama. Tujuan jangka panjang yang ingin dicapai dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan tentang Stimulasi Dini, Play Exercise Serta Pemberian Makanan Bergizi Untuk Penanganan Stunting Di Wilayah Gombolharjo Adipala Cilacap adalah Mencegah resiko terjadinya gangguan dan mencegah serta menangani terjadinya stunting di wilayah Adipala. Metode yang digunakan dengan memberikan pelatihan dan peningkatan pengetahuan untuk Kader Dan Orangtua. Hasil pengabdian didapatkan nilai rata-rata pengetahuan orang tua terhadap pemantauan pertumbuhan bayi balita mengalami peningkatan yang signifikan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan oleh tim pengabdian UNAIC dari nilai rata-rata 69 menjadi 88 sehingga terjadi kenaikan rata-rata nilai sebesar 19 point. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan orang tua terhadap Stunting, Stimulasi Dini dengan massage tuina serta play exercise dan pengetahuan tentang gizi anak juga mengalami peningkatan dengan kategori baik.

Kata Kunci: *stunting, stimulasi dini, play exercise, kader posyandu*

Submitted: 2024-05-1	Revised: 2024-05-14	Accepted: 2024-05-24
----------------------	---------------------	----------------------

Pendahuluan

Kesehatan seorang anak dapat terlihat dari tumbuh kembangnya. Pertumbuhan merupakan penambahan ukuran, dan jumlah sel serta jaringan yang ada dalam tubuh sehingga terjadi peningkatan ukuran fisik seseorang misalnya berat badan. Penambahan berat badan dan meningkatnya ukuran tinggi badan merupakan komponen antropometri pada proses pertumbuhan. Berat badan dapat digunakan untuk melihat laju pertumbuhan fisik maupun status gizi pada masa bayi dan balita.

Stunting merupakan suatu kondisi dimana anak mengalami gangguan pertumbuhan, sehingga panjang badan atau tinggi badan anak tidak sesuai dengan usianya. (Kemenkes, 2018) Stunting disebabkan oleh kekurangan gizi kronis atau kekurangan asupan gizi dalam waktu yang lama. Faktor-faktor penyebab stunting di Indonesia antara lain faktor rumah tangga dan keluarga, ketidakadekuatan pemberian makanan tambahan dan menyusui, serta adanya penyakit infeksi. (Beal T.dkk,2018). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018, di Indonesia terdapat 30,8 persen anak mengalami stunting, itu berarti 3 dari setiap 10 anak Indonesia mengalami stunting. Kalau tidak diintervensi dengan kecukupan gizi yang memadai dan stimulasi yang beragam serta efektif, maka anak stunting akan kehilangan masa depannya karena pertumbuhan otaknya terganggu yang berdampak pada kecerdasan, pertumbuhan fisiknya tertinggal yang berdampak pada rendahnya produktivitas dan daya tahan terhadap penyakit, serta pada usia dewasa akan lebih rentan untuk diserang oleh penyakit tidak menular seperti penyakit jantung, stroke, dan penyakit kencing manis.

Intervensi penanganan stunting saat ini menjadi program prioritas di Kabupaten Cilacap. Tidak hanya memberikan bantuan makanan tambahan kepada balita berisiko stunting, intervensi juga menasar pada ibu hamil yang terindikasi kekurangan energi kronik (KEK). Hal ini dilakukan karena risiko balita stunting berawal dari asupan gizi yang kurang selama masa-masa kehamilan. Berdasarkan penimbangan serentak (PENTAK) di seluruh desa/kelurahan pada 2 – 7 Januari 2023 lalu, diketahui setidaknya ada 4.494 balita berpotensi stunting. (Cilacap.go.id)

Perhatian untuk pencegahan stunting harus sudah dimulai sejak dari kecukupan gizi remaja dan calon pengantin, pola makan ibu semasa kehamilan, memastikan bayi

baru lahir mendapat susu jolong pada 1 jam pertama sesudah kelahiran dan hanya memberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan serta memberikan makanan pendamping ASI yg sesuai sampai umur dua tahun, sambil meneruskan pemberian ASI, dan dilanjutkan dengan memberikan gizi seimbang pada umur berikutnya.

Untuk membantu anak meningkatkan perkembangannya menggunakan metode Play exercise merupakan jenis metode terapi latihan yang bersifat bermain yang memiliki tujuan seperti memainkan puzzle, kotak celengan dan mainan lainnya untuk memperbaiki atau menstimulus anak untuk mencapai target tertentu (Ibrahim et al.,2016). Play exercise dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti jongkok ke berdiri, sit up, cobra position, plank, yang dilakukan sambil bermain (Soetjiningsih & Ranuh,2013). Play exercise secara signifikan dapat meningkatkan kognitif dan ketrampilan motorik halus untuk anak dengan keterlambatan motorik ringan (Harbourne et al., 2021)

Kegiatan posyandu menjadi salah satu indikator penting dalam pemantauan kesehatan balita dengan melihat jumlah cakupan balita yang ditimbang di posyandu. Desa Gombolharjo, merupakan salah satu wilayah yang ada di Adipala Yang masuk dalam daftar desa prioritas

stunting di kabupaten Cilacap. Melalui pemantauan penimbangan balita dapat terpantau keadaan pertumbuhan balita di suatu wilayah. Oleh karena itu kesadaran orang tua terhadap pemantauan pertumbuhan anaknya pada kegiatan posyandu sangatlah penting.

Metode

Metode yang digunakan dengan memberikan pelatihan dan peningkatan pengetahuan untuk Kader Dan Orangtua adalah sebagai berikut :

1. Ceramah

Metode ceramah dipilih untuk menyampaikan teori dan konsep yang akan dilakukan agar peserta dapat menguasai materi. Materi yang disampaikan meliputi stunting, stimulasi dini dan play exercise serta gizi makanan untuk mencegah dan menangani stunting

2. Role Play

Secara bersamaan menyebutkan tentang play exercise, stimulasi dini dan gizi makanan

3. Pendampingan

Pendampingan dilakukan saat pelaksanaan tim pelaksana terjun langsung melakukan pendampingan pada peserta sehingga nantinya setelah dievaluasi dan peserta sudah mampu melakukan sendiri.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Pengabdian Tim UNAIC dengan judul "Upaya Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu Dan Orangtua Tentang Stimulasi Dini, Play Exercise Dan Pemberian Makanan Bergizi Untuk Pencegahan Dan Penanganan Stunting Di Desa Gombolharjo Adipala" telah dilakukan pada hari Selasa tanggal 12 Oktober 2023 Jam 9 di posyandu lembayung sutra 3 Jumlah sasaran posyandu bayi dan balita sebanyak 60 anak, namun yang hadir saat itu hanya 35 anak. Dengan demikian dapat disimpulkan peserta yang hadir sebanyak 55% dari sasaran yang ada di posyandu. Kehadiran orang tua dalam kegiatan posyandu menjadi sangat penting karena tanpa keikutsertaan orang tua maka bayi dan balitanya tidak dapat dilakukan pemantauan pertumbuhannya. Bayi dan balita belum mampu secara mandiri melakukan aktivitasnya sehingga masih memerlukan bantuan orang-orang disekitarnya terutama orang tua. Berdasarkan hasil pengabdian didapatkan nilai rata-rata pengetahuan orang tua terhadap pemantauan pertumbuhan bayi balita mengalami peningkatan yang signifikan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan oleh tim pengabdian UNAIC dari nilai rata-rata 69 menjadi 88 sehingga terjadi kenaikan rata-rata nilai sebesar 19 point.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan orang tua terhadap Stunting, Stimulasi Dini dengan massage tuina serta play exercise dan pengetahuan tentang gizi anak juga mengalami peningkatan dengan kategori baik.

Pengetahuan dan ketrampilan seseorang dapat ditingkatkan dengan cara pemberian edukasi kesehatan atau penyuluhan seperti yang Tim UNAIC lakukan. Selain itu, evaluasi pengetahuan dan ketrampilan orang tua terhadap pengetahuan orangtua tentang gizi, massage tuina dan play exercise dilakukan setelah kegiatan penyuluhan selesai, dengan demikian sangat memungkinkan sekali bahwa peserta penyuluhan atau orang tua masih mengingat dengan jelas apa yang disampaikan oleh Tim UNAIC.

Kesimpulan

Terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan orang tua terhadap pemantauan pertumbuhan bayi balita setelah dilakukan penyuluhan kesehatan oleh tim pengabdian UNAIC dengan kategori baik yaitu dari nilai rata-rata 69 menjadi 88.

Daftar Pustaka

- Kementerian Kesehatan RI. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Kementeri Kesehatan RI. 2018;20.
- Beal T, Tumilowicz A, Sutrisna A, Izwardy D, Neufeld LM. A review of child stunting determinants in Indonesia. *Matern Child Nutr.* 2018;14(4):1–10.
- Harbourne, R. T., Dusing, S. C., Lobo, M. A., McCoy, S. W., Koziol, N. A., Hsu, L. Y., Willett, S., Marciniowski, E. C., Babik, I., Cunha, A. B., An, M., Chang, H. J., Bovaird, J. A., & Sheridan, S. M. (2021). START-Play Physical Therapy Intervention Impacts Motor and Cognitive Outcomes in Infants with Neuromotor Disorders: A Multisite Randomized Clinical Trial. *Physical Therapy*, 101(2), 1–11. <https://doi.org/10.1093/ptj/pzaa232>
- Ibrahim, Z. Z., Amalia, P. R., & Setiawati, O. R. (2016). Hubungan Fungsi Motorik Kasar terhadap Kualitas Hidup Anak Cerebral Palsy di Instalasi Rehabilitasi Medik RSUD Dr . H . Abdul Moeloek. *Jurnal Medika Malahayati*, 3(2), 79–82
- Soetjningsih, & Ranuh, G. (2013). *Tumbuh Kembang Anak* (2nd ed.).
- Anggryni, M., Mardiah, W., Hermayanti, Y., Rakhmawati, W., Graha, G., Ramdhani & Mediani, H., S. (2021). Faktor pemberian nutrisi masa golden age dengan kejadian stunting pada balita di negara berkembang. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 5 (2), 1764-1776. <http://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.967>.
- Apilluana, G., & Fikawati, S. (2018). Analisis faktor-faktor risiko terhadap kejadian stunting pada balita (0-29 bulan) di negara berkembang dan Asia Tenggara. *Media*. 28 (4), <http://doi.org/10.22435/mpk.v28i4.472>
- E-health, S. (2018) 'Pengembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi Dalam Sistem E-Health Alodokter.Com', *Jurnal Sositeknologi Institut Teknologi Bandung*. (April). doi: [10.5614/sostek.itbj.2018.17.1.9](https://doi.org/10.5614/sostek.itbj.2018.17.1.9).
- UNICEF. 2020. Malnutrition prevalence remains alarming: stunting is declining too slowly while wasting still impacts the lives of far too many young children [Internet]. UNICEF. Available from: <https://data.unicef.org/topic/nutrition/malnutrition>.

Kemenkes RI. 2011. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.1995/Menkes/SK/XII/2010 tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. Jakarta: Dirjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Kementrian Kesehatan RI.

Galetti, V., Mitchikpè, C.E.S., Kujinga, P., Tossou, F., Hounhouigan, D.J., Zimmermann, M.B. and Moretti, D., 2016. Rural Beninese children are at risk of zinc deficiency according to stunting prevalence and plasma zinc concentration but not dietary zinc intakes. *The Journal of Nutrition*, 146(1), pp.114-123.