



## **Edukasi “Aksi Bergizi” Guna Mencegah Stunting Pada Remaja di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sekongkang Sumbawa Barat**

**Nur Arifatus Sholihah<sup>1\*</sup>, Asri Reni Handayani<sup>2</sup>, Maria Vilastry Nuhan<sup>3</sup>,  
Yosefa Sarlince Atok<sup>4</sup>, Ana Lestari<sup>5</sup>**  
STIKES Griya Husada Sumbawa<sup>1,2,5</sup>  
STIKES Marantha Kupang<sup>3,4</sup>  
Email: Arifatus93@gmail.com<sup>1\*</sup>

### **Abstrak**

Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan informasi melalui Edukasi “Aksi Bergizi” Guna Mencegah Stunting Pada Remaja Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sekongkang Sumbawa Barat. Hasil dari kegiatan ini diharapkan mampu menumbuhkan kesadaran sejak dini kepada masyarakat, khususnya remaja usia sekolah lanjutan akan pentingnya mempraktikkan perilaku hidup sehat dan minum tablet tambah darah secara rutin dan terjadwal.

**Kata Kunci:** *Aksi Bergizi, Edukasi, Stunting.*

### **Abstract**

This service aims to provide information through "Nutrition Action" education to prevent stunting among teenagers in the UPTD Working Area of the Sekongkang Health Center, West Sumbawa. It is hoped that the results of this activity will be able to raise awareness from an early age among the public, especially high school age teenagers, of the importance of practicing healthy living behavior and taking blood supplement tablets regularly and on a schedule.

**Keywords:** *Nutritional Action, Education, Stunting.*

### **PENDAHULUAN**

Saat ini, Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi stunting yang cukup tinggi dibandingkan dengan negara-negara berpendapatan menengah lainnya. Situasi ini jika tidak diatasi dapat mempengaruhi kinerja pembangunan Indonesia baik yang menyangkut pertumbuhan ekonomi, kemiskinan dan ketimpangan.

Anak Indonesia masa depan harus sehat, cerdas, kreatif, dan produktif. Jika anak-anak terlahir sehat, tumbuh dengan baik dan didukung oleh pendidikan yang berkualitas maka mereka akan menjadi generasi yang menunjang kesuksesan pembangunan bangsa. Sebaliknya jika anak-anak terlahir dan tumbuh dalam situasi kekurangan gizi kronis, mereka akan menjadi anak kerdil (*stunting*).

Kerdil (*stunting*) pada anak mencerminkan kondisi gagal tumbuh pada anak Balita (Bawah 5 Tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis, sehingga anak menjadi terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi kronis terjadi sejak bayi dalam kandungan hingga usia dua tahun. Dengan demikian periode 1000 hari pertama kehidupan seyogyanya mendapat perhatian khusus karena menjadi penentu tingkat pertumbuhan fisik, kecerdasan, dan produktivitas seseorang di masa depan.

Penanganan stunting perlu koordinasi antar sektor dan melibatkan berbagai pemangku kepentingan seperti Pemerintah Pusat, Pemerintah Daerah, Dunia Usaha, Masyarakat Umum, dan lainnya. Presiden dan Wakil Presiden berkomitmen untuk memimpin langsung upaya penanganan stunting agar penurunan prevalensi stunting dapat dipercepat dan dapat terjadi secara merata di seluruh wilayah Indonesia.

Survey Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 oleh Kementerian Kesehatan RI, ada sekitar 8,9 juta anak di Indonesia yang menderita kondisi stunting? Artinya, 1 dari 3 balita mengalami gangguan pertumbuhan dan butuh perhatian lebih. Indonesia menduduki peringkat tertinggi penderita kondisi stunting di Asia Tenggara dan kelima di dunia. Ini bukan jumlah yang sedikit. Hal ini terjadi semata-mata karena asupan gizi yang

kurang.

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan kronis pada anak balita (bawah lima tahun) akibat kekurangan asupan nutrisi atau malnutrisi dalam waktu cukup lama. Penyebabnya adalah makanan yang ia konsumsi tidak memenuhi kebutuhan nutrisi sesuai usia si anak. Pada umumnya, stunting terjadi pada balita, khususnya usia 1-3 tahun. Pada rentang usia tersebut, Ibu sudah bisa melihat apakah si anak terkena stunting atau tidak. Meski baru dikenali setelah lahir, ternyata stunting bisa berlangsung sejak si anak masih berada dalam kandungan.

Salah satu dampak stunting yang bisa dilihat adalah tinggi dan berat badan anak jauh di bawah rata-rata anak seusianya. Selain itu, stunting juga bisa membuat anakl mudah sakit, punya postur tubuh kecil ketika dewasa, dan menyebabkan kematian pada usia dini. Stunting juga bisa memengaruhi kecerdasan anak. Anak kemungkinan akan sulit belajar dan menyerap informasi, baik secara akademik maupun non akademik, karena kekurangan nutrisi sejak dini.

METODE

Pengabdian ini dilakukan dengan metode penyuluhan Pengabdian ini melibatkan mahasiswa sebagai pelaksana teknis. Adapun program dalam pengabdian ini adalah :

- 1) Metode Pelaksanaan
- Metode pelaksanaan yang dilakukan adalah Penyuluhan berupa presentase materi.
- 2) Lokasi Pelaksanaan
- Lokasi pengabdian masyarakat berada di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sekongkang Sumbawa Barat.
- 3) Waktu Pelaksanaan
- Pelaksanaan dilakukan pada hari Sabtu, 21 Oktober 2023.
- 4) Sasaran
- Sasaran program pengabdian masyarakat ini ditujukan kepada siswa SMPN 01 Sekongkang. Jumlah peserta kegiatan berjumlah 50 orang.
- Susunan Pelaksanaan Kegiatan

Langkah-langkah yang akan dilaksanakan untuk melancarkan kegiatan yaitu sebagai berikut:

1. Survei lokasi yang akan menjadi sasaran penyuluhan kesehatan,
2. Mulai berkenalan terlebih dahulu kemudian melakukan perijinan untuk melakukan pengabdian masyarakat di tempat tersebut,
3. Materi kegiatan yang dilaksanakan adalah :

Tabel 1. Rincian Kegiatan

No	Pokok Bahasan	Petugas
1	Pengenalan diri kepada peserta	Pemateri
2	Presentasi materi	
3	Tanya jawab dan diskusi	

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada hari Sabtu 21 Oktober 2023 pada pukul 08.30 hingga pukul 12.00 WITA. Proses pengabdian dilakukan dengan mekanisme penyuluhan kolektif dengan metode edukasi dan sosilaisai dengan ceramah dan diskusi bersama. Dalam pengabdian ini juga melibatkan seorang mahasiswa semester IV. Adapun tahapan pelaksanaan dalam pengabdian ini meliputi tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

A. Persiapan

Tahap persiapan dimulai dengan menyiapkan perizinan, dan mempersiapkan Powerpoint dan Brosur sebagai media penyuluhan. Proses koordinasi perizinan melibatkan perizinan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sekongkang den

## B. Pelaksanaan

Proses pelaksanaan kegiatan pengabdian dilaksanakan mulai pukul 08.30. Kegiatan memberikan penyuluhan tentang PHBS dan dilanjutkan dengan diskusi bersama. Seluruh peserta pengabdian sangat antusias dalam menerima kedatangan tim pelaksana untuk mengikuti penyuluhan. Dan menambah relasi jalinan kuat antara UPTD Puskesmas Sekongkang dengan pihak Kepala Sekolah SMP Sekongkang serta juga dapat menambah pengetahuan dengan adanya edukasi berupa informasi tentang pencegahan stunting pada remaja.

## SIMPULAN

Kegiatan Penyuluhan dengan tema Edukasi Aksi Bergizi ini diharapkan mampu menumbuhkan kesadaran sejak dini kepada masyarakat, khususnya remaja usia sekolah lanjutan akan pentingnya mempraktikkan perilaku hidup sehat dan minum tablet tambah darah secara rutin dan terjadwal. Harapan pada kegiatan seperti ini bisa dilakukan secara rutin setiap tahunnya, sehingga berbagai permasalahan kesehatan pada kelompok remaja dapat dicegah lebih awal, sehingga meningkatkan produktivitas pada remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Buku Panduan untuk Siswa : Aksi Bergizi, Hidup Sehat. Sejak Sekarang untuk Remaja Kekinian*". Jakarta : Kemenkes RI. Kemenkes RI. 2019.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- KEMENKES RI. (2018). ini penyebab *Stunting* pada anak. Retrieved from <http://www.depkes.go.id/article/view/18052800006/ini-penyebab-stunting-pada-anak.html>
- Rahmawati, V. E., Pamungkasari, E. P., & Murti, B. (2018). Determinants of *Stunting* and Child Development in Jombang District, 3, 68–80.
- RISKESDAS. (2010). Riset Kesehatan Dasar; Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Tahun 2010. *Laporan Nasional 2010*, 1–384. <https://doi.org/10.24065/riskesdas.2010> Desember 2013