

## Meningkatkan Pengetahuan Terhadap Resiko Stunting Melalui Program “DASHAT” di Kecamatan Bantargebang

Muhammad Luthfiriza<sup>1,\*</sup>, Junindra Cahya Negara<sup>2</sup>, Cica Yulia<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Ilmu Keolaharagaani, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia.

<sup>3</sup>Pendidikan Tata Boga, Fakultas Pendidikan Teknologi dan Kejuruan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia.

\*[luthfiriza09@upi.edu](mailto:luthfiriza09@upi.edu)<sup>1</sup>, [junindra170602@upi.edu](mailto:junindra170602@upi.edu)<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Indonesia menduduki peringkat kelima dunia dengan jumlah anak stunting terbesar. Stunting adalah suatu kondisi dimana seorang anak terlalu pendek untuk usianya akibat terhambatnya tumbuh kembang akibat buruknya gizi dan kesehatan anak sebelum dan sesudah dilahirkan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi serta pemahaman terkait keluarga yang beresiko stunting dan demonstrasi memasak makanan yang murah dan bergizi yang ditujukan kepada kader-kader posyandu di Kecamatan Bantargebang, Bekasi Timur, Jawa Barat. Metode penelitian ini menggunakan metode partisipatif yang bertujuan untuk memberikan informasi dan edukasi terkait dengan keluarga beresiko stunting melalui penyuluhan dalam upaya mencegah dan mengurangi resiko stunting serta pemberian demonstrasi memasak. Melalui program kerja DASHAT (Dapur Sehat Atasi Stunting) peserta menunjukkan antusias dan ketertarikan dalam materi yang dijelaskan oleh narasumber.

**Kata Kunci:** stunting; kesehatan; gizi; edukasi; penyuluhan

### ABSTRACT

Indonesia is ranked 5th in the world with the largest number of stunted children. Stunting is a condition where a child is too short for his age due to stunted growth and development due to poor nutrition and health of the child before and after birth. This activity aims to provide education and understanding regarding families at risk of stunting and a demonstration of cooking cheap and nutritious food aimed at posyandu cadres in Bantargebang District, East Bekasi, West Java. This research method uses a participatory method which aims to provide information and education related to families at risk of stunting through counseling in an effort to prevent and reduce the risk of stunting as well as providing cooking demonstrations. Through the DASHAT (Healthy Kitchen to Overcome Stunting) work program, participants showed enthusiasm and interest in the material explained by the resource person.

**Keywords:** stunting; health; nutrition; education; counseling

### PENDAHULUAN

Stunting adalah suatu kondisi dimana seorang anak terlalu pendek untuk usianya akibat terhambatnya tumbuh kembang akibat buruknya gizi dan kesehatan anak sebelum dan sesudah dilahirkan, Stunting didefinisikan sebagai tinggi badan/umur di bawah -2 standar deviasi menurut kurva pertumbuhan (Daracantika et al., 2021). Stunting (disebut juga kerdil) merupakan suatu kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan usianya (Yadika et al., 2019).

Indonesia menduduki peringkat kelima dunia dengan jumlah anak stunting terbesar. Posisi Indonesia pun lebih baik dari India, Cina, Nigeria dan Pakistan. Namun, ada beberapa situasi berbeda di negara-negara Afrika Tengah, Nigeria, Pakistan situasi konflik bersenjata/perang yang terjadi, mengakibatkan Anak-anak menjadi yatim piatu, diculik, disiksa bahkan dijual seperti seorang budak. Seperti Indonesia yang sumber dayanya melimpah Jika dibandingkan, sumber daya alam yang melimpah bisa jadi jauh lebih baik dari negara-negara yang sedang menghadapi krisis

ini (Mukrimaa et al., 2016). Data stunting di Indonesia menunjukkan prevalensi stunting adalah secara nasional meningkat dari 35,6% (2010) menjadi 37,2% (2013) dan menjadi 30,8% (2018), sedangkan data hasil Surveilans Status Gizi (PSG) tahun 2017 menunjukkan bahwa angka stunting pada kelompok balita (29,6%) lebih tinggi jika dibandingkan usia balita (20,1%) (Nugroho et al., 2021).

Stunting disebabkan oleh banyak faktor yang saling terkait, tidak hanya gizi buruk pada ibu hamil atau balita. Di Indonesia, sudah banyak penelitian yang dilakukan mengenai faktor risiko stunting. Risiko terhambatnya pertumbuhan bisa dimulai sejak masa pembuahan, terutama karena faktor ibu. Kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sejak hamil hingga melahirkan menjadi penyebab utama bayi stunting (Anwar & Setyani, 2022). Stunting pada balita memerlukan perhatian khusus karena dapat mengakibatkan terhambatnya perkembangan fisik, perkembangan intelektual, dan status kesehatan anak. Studi terbaru menunjukkan bahwa stunting pada masa kanak-kanak dikaitkan dengan kinerja sekolah yang buruk, pencapaian pendidikan yang rendah, dan pendapatan yang rendah di masa dewasa (Dewi et al., 2020).

Pada 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) adalah momen kritis yang menjadi awal dalam terjadinya stunting, sebaliknya pertumbuhan melambat yang dampaknya jangka panjang dan berulang dalam lingkaran kehidupan. Malnutrisi menjadi penyebab langsung, terutama pada balita yang mengalami peningkatan morbiditas dalam jangka pendek. Jika itu masalahnya bersifat kronis, maka akan mempengaruhi fungsi kognisi, khususnya tingkat kecerdasan rendah dan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia (Aryastami, 2017).

Terdapat beberapa poin penting untuk menurunkan angka stunting, antara lain: Pertama, perlunya intervensi untuk mengurangi stunting dan obesitas pada anak; Kedua, adanya pengawasan untuk menjamin penyediaan layanan kesehatan yang adil; Ketiga, peraturan kondisi lingkungan yang higienis dan penyediaan air bersih, sanitasi dan saluran air yang memadai limbah yang sesuai; Keempat, perlindungan sosial melalui bantuan tunai dan program status gizi anak; Kelima, adanya program untuk menjamin ketahanan dan keanekaragaman pangan pada khususnya untuk kelompok rentan; Keenam, perlunya program untuk memperbaiki keadaan gizi remaja dan ibu; dan ketujuh, pentingnya keterlibatan lintas sektoral oleh kedua pemerintah dan non-pemerintah (Ulfah & Nugroho, 2020).

Posyandu merupakan upaya kesehatan bersumberdaya masyarakat (UKBM) yang dilakukan oleh, dari dan bersama masyarakat, untuk memberdayakan dan memfasilitasi akses terhadap pelayanan kesehatan ibu dan anak, bayi dan anak kecil (Aksi et al., 2019). Upaya penanganan stunting antara lain dengan memaksimalkan posyandu. Posyandu dapat bekerja secara komprehensif seperti deteksi dini, pengobatan dan Konsultasi stunting dan gizi buruk. Ketua Posyandu harus bisa berpartisipasi dalam upaya memerangi stunting, setidaknya melalui deteksi dini pertumbuhan melambat. Posyandu bisa membantu memantaunya Perkembangan status gizi anak didasarkan pada pencatatan dan pelaporan kata data hasil penimbangan balita setiap bulan di Posyandu (Undaan & Kudus, 2018).

Dalam rangka mencegah dan mengurangi kasus stunting di Kecamatan Bantargebang, Kota Bekasi Timur, Jawa Barat. Untuk itu sosialisasi mengenai stunting terhadap kader posyandu merupakan hal yang sangat penting, mengingat posyandu memiliki peran yaitu memberikan penyuluhan dan konseling kesehatan gizi. Hambatan yang terdapat di

seluruh kader posyandu Kecamatan Bantargebang adalah penyampaian informasi yang tidak maksimal dan kurang menyeluruh serta tingkat pengetahuan Ibu balita yang berbeda-beda. Oleh karena itu, Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi serta pemahaman terkait keluarga yang beresiko stunting dan demonstrasi memasak makanan yang murah dan bergizi yang ditujukan kepada kader-kader posyandu di Kecamatan Bantargebang, Bekasi Timur, Jawa Barat.

## **METODE**

Metode penelitian ini menggunakan metode partisipatif yang bertujuan untuk memberikan informasi dan edukasi terkait dengan keluarga beresiko stunting melalui penyuluhan dalam upaya mencegah dan mengurangi resiko stunting serta pemberian demonstrasi memasak. Sasaran utama yang dituju merupakan Kader Posyandu di Kecamatan Bantargebang. Kegiatan pada masyarakat ini terintegrasi dengan kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik Si Peduli Stunting (KKN Tematik Si Penting) Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia, yang menjalankan program dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) terkait pencegahan stunting di Indonesia. Adapun waktu pelaksanaannya pada hari Sabtu, 12 Agustus 2023 di Aula Kecamatan Bantargebang.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada pelaksanaannya, kegiatan DASHAT “Dapur Sehat Atasi Stunting” yang dihadiri oleh Kader Posyandu dari seluruh Kelurahan yang ada di Kecamatan Bantargebang berjalan dengan baik. Kegiatan DASHAT ini dilaksanakan dalam beberapa tahap yaitu diawali dengan sosialisasi stunting, sesi tanya jawab dan demonstrasi memasak.

Pada bagian hasil, menyajikan dokumentasi dan penjelasan terkait dengan hasil kegiatan, fokus kegiatan. Sedangkan pada bagian pembahasan menyajikan secara rinci interpretasi dan diskusi dari kegiatan tersebut.

Kegiatan ini merupakan program kerja utama dari kelompok KKN di Kota Bekasi, khususnya di Kecamatan Bantargebang. Kami juga mempersiapkan persiapan dari mulai perizinan ke pihak Kecamatan untuk peminjaman tempat serta alat, dan mempersiapkan dari segi struktural kepanitiaan beserta tugas utama setiap divisinya. Pemberian undangan juga dilakukan ke tiap kelurahan yang akan mengirim setiap perwakilan kader posyandu dari setiap RW yang ada.

Kegiatan DASHAT dengan tema “Pemberdayaan dan Pencegahan Keluarga Beresiko Stunting”. Diawali dengan pemberian pamerian dan penyuluhan terkait dengan stunting oleh narasumber, merupakan salah satu rangkaian kegiatan yang utama dengan memaparkan materi Menu Olahan Makanan Bergizi Bagi Keluarga Beresiko Stunting. Penyuluhan ini dihadiri oleh kepala puskesmas dari berbagai kelurahan serta perwakilan kader posyandu dengan total 40 orang peserta. Kegiatan DASHAT mendapat dukungan dari pihak Kecamatan Bantargebang dikarenakan kenaikan kasus stunting yang semakin tinggi.

Pada pamerian berlangsung, peserta menunjukkan antusias dan ketertarikan dalam materi yang dijelaskan oleh narasumber. Kemudian setelah pamerian selesai, setiap peserta dipersilahkan untuk menyiapkan pertanyaan yang akan ditanyakan seputar pamerian sebelumnya. Dengan membuka ruang diskusi bagi peserta akan menghindari informasi yang terlewatkan dan juga untuk memperjelas materi yang telah di sampaikan oleh narasumber, selain itu, tim panitia mengadakan hadiah untuk siapa saja yang memberikan pertanyaan terkait dengan stunting membuat peserta mempunyai dorongan serta memberikan antusias yang lebih dalam kegiatan tersebut.

Susunan acara berikutnya, peserta di alihkan ke halaman aula untuk segera mengikuti kegiatan selanjutnya yaitu demonstrasi memasak, narasumber menjelaskan tentang

Variasi Olahan Berbagai Bahan Makanan dan Menu Sehat Seimbang Keluarga. Dengan dibantu oleh mahasiswa sebagai asisten dapur, mereka menciptakan menu masakan yang praktis dan murah. Dalam artian praktis merupakan bahan-bahan masak yang mudah dijumpai dan sering dipakai oleh ibu rumah tangga.

Peserta kader posyandu ikut turut serta dalam membuat kreasi masakan, dengan memasak nasi dicampur dengan ikan nila, wortel, kentang dan keju yang dibentuk bulat dan menu lainnya yaitu risolles yang berisi ikan tongkol dan juga sayuran.



Gambar 1. Program Kerja DASHAT

## SIMPULAN

Kegiatan Dapur Sehat Atasi Stunting merupakan kegiatan peningkatan kapasitas kader posyandu dan merupakan rangkaian pengabdian pada masyarakat yang terintegrasi dengan KKN Tematik Si Penting. Kegiatan dengan tema "Pemberdayaan dan Pencegahan Keluarga Beresiko Stunting" dilaksanakan di Aula Kecamatan Bantargebang, Kota Bekasi Timur pada tanggal 12 Agustus 2023, dihadiri oleh 40 peserta yang merupakan kader posyandu dari setiap kelurahan.

Kader Posyandu di Kecamatan Bantargebang merasa bahwa dengan adanya kegiatan DASHAT ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pencegahan stunting

dan menu sehat. Peserta merasa bahwa kegiatan ini sangat bermanfaat untuk mereka dan dibuktikan dengan antusiasme mereka yang mengikuti dari awal acara sampai akhir, serta berinteraksi dengan narasumber dan mahasiswa KKN. Kegiatan ini dapat membantu kader posyandu untuk dapat mengidentifikasi faktor resiko stunting dan dapat mengedukasikan ibu rumah tangga yang ada di wilayah kerja posyandu mereka agar dapat menciptakan kreasi makanan yang membuat anak memiliki ketertarikan dalam makanan bergizi. Harapan kader posyandu bisa mendapatkan pelatihan yang lebih terprogram agar dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan khususnya terkait dengan pencegahan stunting.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aksi, R., Gizi, N., Pangan, K., Sumedang, K., Juli, B., Cipacing, D., Jatinangor, K., Sumedang, K., Kerja, K., Mahasiswa, N., & Padjadjaran, U. (2019). *Kata kunci : Peningkatan Kapasitas; Kader Posyandu; Stunting; Deteksi Dini; Cegah*. 8(3), 154–159.
- Anwar, K., & Setyani, L. I. (2022). *Hubungan Perilaku Pengelolaan Air Minum dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Balita The Association Between Drinking Water Management Behavior and the Level of Macronutrient Adequacy with Nutritional Status of Toddlers*. 6(1). <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i1SP.2022.306-313>
- Aryastami, N. K. (2017). *Kajian Kebijakan dan Penanggulangan Masalah Gizi Stunting di*

- Indonesia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 45(4).  
<https://doi.org/10.22435/bpk.v45i4.7465>  
.233-240
- Daracantika, A., Ainin, A., & Besral, B. (2021). Pengaruh Negatif Stunting terhadap Perkembangan Kognitif Anak. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113.  
<https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4647>
- Dewi, I. C., Rahanta, N., & Auliyah, N. (2020). *Penyuluhan Stunting sebagai Sarana untuk Meminimalisir Tingginya Angka Stunting di Desa Gambiran Kecamatan Kalisat*. 25–29.
- Mukrimaa, S. S., Nurdyansyah, Fahyuni, E. F., YULIA CITRA, A., Schulz, N. D., غسان, د., Taniredja, T., Faridli, E. M., & Harmianto, S. (2016). Pendek (Stunting) Di Indonesia, Masalah dan Solusinya. In *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar* (Vol. 6, Issue August).
- Nugroho, M. R., Sasongko, R. N., & Kristiawan, M. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 2269–2276.  
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.1169>
- Ulfah, I. F., & Nugroho, A. B. (2020). Menilik Tantangan Pembangunan Kesehatan di Indonesia: Faktor Penyebab Stunting di Kabupaten Jember. *Jurnal Sosial Politik*, 6(2), 201–213.  
<https://doi.org/10.22219/sospol.v6i2.12899>
- Undaan, K., & Kudus, K. (2018). *Stunting Desa Medini*. 1–10.
- Yadika, A. D. N., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. (2019). Pengaruh stunting terhadap perkembangan kognitif dan prestasi belajar. *Jurnal Majority*, 8(2), 273–282.