



# Jurnal Lentera Karya Edukasi

Journal homepage:

<http://ejournal.upi.edu/index.php/lentera/index>



## Pencegahan Stunting Sejak Dini melalui PAUD

Alam Dirgantara<sup>1</sup>, Regi Oktavian<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Pendidikan Indonesia

E-mail: [alamdrgra10@upi.edu](mailto:alamdrgra10@upi.edu)

### ABSTRAK

*Anak usia dini merupakan sosok individu kecil yang tengah tumbuh dan berkembang pesat baik secara fisik maupun psikologisnya. Masa ini biasa disebut dengan masa the golden age atau masa keemasan, dimana kemampuan otak anak dalam menyerap informasi sangat tinggi. Apapun informasi yang diperoleh anak akan berpengaruh terhadap perkembangannya dikemudian hari. Jika pada masa ini anak diberikan stimulasi yang tepat dan sesuai dengan tahapan perkembangan yang dilalui anak, maka anak akan menjadi lebih matang baik secara fisik maupun psikologis dan siap menghadapi masa sekolahnya. Akan tetapi pada kenyataannya di lapangan, tidak semua anak dapat berkembang secara maksimal diusia tertentu sesuai dengan tahap perkembangan yang seharusnya tercapai diusia tersebut. Keadaan inilah diindikasikan si anak mengalami Stunting. Berdasarkan permasalahan tersebut maka Kami Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Universitas Pendidikan Indonesia mengadakan Program Sosialisasi ke Taman Kanak-Kanak di daerah Desa Raharja sebagai pencegahan stunting sejak dini. Setelah diadakan Program Sosialisasi ke Taman Kanak-Kanak di daerah Desa Raharja sebagai pencegahan stunting sejak dini, orangtua paham akan materi stunting yang disampaikan dan anak-anak menjadi lebih tertarik makan sayur dan mengurangi frekuensi membeli makanan diluar rumah sehingga kegiatan sosialisasi ke Taman Kanak-Kanak Desa Raharja terbilang efektif.*

### ARTICLE INFO

*Article History:*

*Submitted/Received 14 Sep 2023*

*First Revised 23 Oktober 2024*

*Accepted 25 November 2024*

*First Available online 1 Des 2024*

*Publication Date 1 Des 2024*

**Kata kunci:**

*stunting,  
pendidikan anak usia dini,  
anak usia dini*

## 1. PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan sosok individu kecil yang tengah tumbuh dan berkembang pesat baik secara fisik maupun psikologisnya. Dalam pasal 28 ayat 1 Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, disebutkan bahwa anak usia dini adalah anak yang berada pada rentang usia 0-6 tahun.

Menurut Hartanti (Aisyah, 2010:1.5) anak usia dini memiliki sejumlah karakteristik yaitu mempunyai rasa ingin tahu yang besar, merupakan pribadi yang unik, suka meniru, kaya akan fantasi dan imajinasi, suka bereksplorasi, masa yang paling potensial untuk belajar, menunjukkan sikap egoisentris, dan bagian dari makhluk sosial.

Pada masa ini anak dengan mudah menyerap segala sesuatu yang terjadi dilingkungannya seperti sebuah spon yang menyerap air. Masa ini biasa disebut dengan masa the golden age atau masa keemasan, dimana kemampuan otak anak dalam menyerap informasi sangat tinggi. Apapun informasi yang diperoleh anak akan berpengaruh terhadap perkembangannya dikemudian hari. Jika pada masa ini anak diberikan stimulasi yang tepat dan sesuai dengan tahapan perkembangan yang dilalui anak, maka anak akan menjadi lebih matang baik secara fisik maupun psikologis dan siap menghadapi masa sekolahnya. Akan tetapi pada kenyataannya di lapangan, tidak semua anak dapat berkembang secara maksimal diusia tertentu sesuai dengan tahap perkembangan yang seharusnya tercapai diusia tersebut. Keadaan inilah diindikasikan si anak mengalami Stunting.

Merujuk Organisasi Kesehatan Dunia atau World Health Organization (WHO), stunting adalah gangguan tumbuh kembang pada anak lantaran gizi buruk, infeksi berulang, serta stimulasi psikososial yang tidak memadai. Seorang anak dikategorikan stunting apabila tinggi badan menurut usianya lebih dari dua standar deviasi, di bawah ketetapan Standar Pertumbuhan Anak WHO.2 Stunting wajib diwaspadai karena dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan otak buah hati Anda.

Anak pengidap stunting cenderung memiliki IQ rendah serta sistem imun lemah. Secara jangka panjang, kondisi ini memberikan risiko lebih tinggi untuk anak menderita penyakit degeneratif, seperti diabetes dan kanker. Salah satu penyebab anak mengalami stunting tersebut adalah pola asuh orangtua, yang tidak memberikan asupan gizi yang baik, sehingga anak bisa mengalami stunting. Berdasarkan permasalahan tersebut maka Kami Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Universitas Pendidikan Indonesia mengadakan Program Sosialisasi ke Taman Kanak-Kanak di daerah Desa Raharja sebagai pencegahan stunting sejak dini.

## 2. METODE PENELITIAN

Metode yang dilakukan dalam pencegahan stunting pada anak usia dini di Desa Raharja Kecamatan Purwaharja Kota Banjar, yaitu dengan metode kualitatif. Metode pengambilan data yang dipakai yaitu observasi dan wawancara, secara langsung pada tanggal 9-15 Agustus 2023.

Sebelum kegiatan observasi dan wawancara, dilakukanlah sosialisasi pada orang tua, dan pembelajaran langsung dengan metode eksperimen bersama anak. Di dua tk sekaligus yaitu di:

- TK Ketilang 1 Desa Raharja
- TK Ketilang 2 Desa Raharja

1. Sosialisasi

Sosialisasi adalah proses pemindahan ide atau gagasan dari masyarakat ke individu. Kegiatan sosialisasi secara langsung kepada para orang tua murid di TK dengan pemberian materi tentang stunting dan pola asuh pendekatan pada orangtua.

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan dengan mengedukasi bahwa pola asuh pemberian makanan juga penting bagi pencegahan stunting untuk anak dengan mengajak pula para orangtua untuk mulai memasak dengan menu yang beragam menggunakan sayur dan pemberian makanan tambahan seperti buah-buahan untuk anak.

Ditekankan kepada para orang tua bahwa Stunting juga dipengaruhi aspek perilaku, terutama pada pola asuh yang kurang baik dalam praktek pemberian makan bagi bayi dan Balita.

2. Pembelajaran langsung dan metode eksperimen bersama anak

Dilaksanakan pembelajaran berbasis eksperimen dan tanya jawab, sosialisasi dilakukan dengan penjabaran menyenangkan yaitu hidup sehat dengan makan sayur dan buah kemudian mengajak anak-anak usia dini agar tumbuh sehat dengan mulai menyukai dan memakan sayur dan buah.

Pengenalan sayur seperti jagung, kol, brokoli, bayam dsb yang memiliki rasa yang enak dikenalkan sejak dini. Pendekatan sederhana dilakukan bersama para anak di tk ketilang 1 dan 2 dengan bernyanyi bersama tentang sayur, mewarnai, dan menebalkan gambar atau kata sayur dan buah. Sosialisasi tentang sayur dijelaskan dengan bahasa yang dimengerti anak tentang manfaat sayur dan buah jika dikonsumsi secara rutin dengan harapan anak mengerti tentang manfaat sayur dan buah.

Berikutnya kegiatan eksperimen dilaksanakan menyenangkan tentang pembelajaran pembiasaan cuci tangan sebelum makan. Mengajak para anak untuk mulai membiasakan mencuci tangan dengan sabun sebelum makan atau beraktivitas. Salah satu upaya yang bisa diajarkan tentang kebersihan dan kesehatan adalah dengan rutin mencuci tangan. Memberikan pemahaman tentang kapan saja anak-anak harus mencuci tangannya, juga tentang aturan mencuci tangan yang benar.

Alat dan Bahan eksperimen tersebut adalah :

- 1 buah mangkuk
- Merica
- Sabun cuci cair
- Air

Cara kerja :

1. Isi piring dengan air dan kemudian taburkan merica atau lada kering di atasnya.
2. Masukkan jari ke dalam air. Perhatikan bagaimana jari tertutup lada.
3. Lapsi jari lain dengan sabun cuci tangan dan kemudian masukkan ke dalam air. Saksikan saat lada akan menjauh.

manfaat bagi anak :

Anak mempraktekkan urutan cara mencuci tangan pakai sabun dengan benar. Anak melakukan eksperimen Kuman Kabur untuk mengamati tentang pentingnya cuci tangan pakai sabun.

### 3. HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan observasi dan wawancara, secara langsung pada Kuliah Kerja Nyata Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia ini dilaksanakan pada tanggal 9-15 Agustus 2023. Pada saat setelah kegiatan sosialisasi tersebut dilaksanakan dan anak-anak ditanya mengenai ketertarikannya untuk lebih sering makan sayuran, anak-anak menjawab mau dan tertarik. Kemudian untuk orangtua ketika ditanya mengenai pemahaman terhadap materi stunting dan pola asuh yang baik bagi anak, orangtua menjawab paham. Bukti dari pernyataan si anak dan orangtua tersebut dapat dilihat dalam kurun waktu satu minggu setelah kegiatan sosialisasi dilaksanakan yaitu si anak terlihat membawa bekal makanan sendiri dengan jenis makanan yang dibekal tersebut berupa masakan sayuran, tentunya dimasak sendiri oleh orangtua si anak. Anak-anak pun lebih mengurangi frekuensi membeli makanan dari luar rumah dan lebih tertarik terhadap makanan yang dimasak sendiri di rumah. Kemudian anak-anak pun mempunyai kebiasaan selalu mencuci tangan sebelum makan dengan diingatkan dan bahkan tanpa diingatkan oleh guru atau orangtua mereka sendiri.

Berikut dokumentasi rangkaian kegiatan sosialisasi kemudian observasi dan wawancara oleh Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Universitas Pendidikan Indonesia di Taman Kanak-Kanak Desa Raharja :



Gambar 1. Sosialisasi stunting dan pola asuh pemberian makanan sehat untuk anak



Gambar 2. Pembelajaran langsung pengenalan sayur dan buah, metode eksperimen cuci tangan dengan sabun bersama anak



Gambar 3. Orang tua mulai memasak makanan sehat dengan sayuran untuk bekal anak ke sekolah

#### 4. KESIMPULAN

Menerapkan gaya hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan sebelum makan, memastikan air yang diminum merupakan air bersih, mengonsumsi buah-sayur merupakan salah satu cara termudah untuk mencegah stunting.

Sosialisasi ini memberikan edukasi lebih bahwa menjaga perilaku hidup bersih dan sehat sangat penting diterapkan pada anak usia dini dan para orang tua terutama di desa raharja kecamatan purwaharja kota banjar, menjaga perilaku hidup bersih dan sehat dapat memberikan manfaat yaitu dapat meningkatkan kualitas kesehatan anak, anak mengetahui

apa penting nya jika menjaga perilaku hidup bersih dan sehat, terhindar dari penyakit dan ini dilakukan sedini mungkin.

#### REFERENSI

- Kurniawan, A., Ningrum, A. R., Hasanah, U., Dewi, N. R., Putri, N. K., Putri, H., & Uce, L. (2023). *Pendidikan anak usia dini*. Global Eksekutif Teknologi.
- Suryana, D. (2016). *Pendidikan anak usia dini: stimulasi & aspek perkembangan anak*. Prenada Media.
- Trihono, T., Atmarita, A., Tjandrarini, D. H., Irawati, A., Nurlinawati, I., Utami, N. H., & Tejayanti, T. (2015). *Pendek (stunting) di Indonesia, masalah dan solusinya*. Lembaga Penerbit Badan Litbangkes.