

Pemberdayaan Peran Orang Tua Melalui Edukasi Stunting Pada Milenial

Siska Puspita Sari¹, Umi Mahmudah²

¹ Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

² Poltekkes Kemenkes Bandung

^{1,2}siskasari380@gmail.com

ABSTRAK

Stunting tidak hanya pendek, namun adanya gangguan pertumbuhan linear dalam jangka lama dalam hitungan tahun. Presentase sangat pendek dan pendek balita umur 0-59 bulan menurut provinsi pada tahun 2017 Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) 19,8%. Selain itu, balita umur 0-59 bulan berada dalam masa pertumbuhan. Kebutuhan makanan balita umur 0-59 bulan dipengaruhi orang tuanya. Penyebab *stunting* dilihat dari *social determinant of health* meliputi penyebab sosial, lingkungan dan biologi. Beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi balita yaitu pendapatan rumah tangga, pengalaman mengasuh anak, pendidikan orang tua, penyakit, ASI Eksklusif dan pemberian MP ASI. Pemberian makanan pada balita dipengaruhi oleh orang tua dan pengasuh. Makanan yang disediakan dengan gizi seimbang sesuai kebutuhan balita untuk mencegah malnutrisi terutama *stunting*.

Kata kunci: *Stunting, orang tua, balita*

ABSTRACT

Stunting is not only short, but presence of linear growth disruption over a long period time of years. The persence of very short and short children aged 0-59 months by province in 2017 Yogyakarta Special Region (DIY) 19,8 %. The food needs of children aged 0-59 months depend on their parents. The causes of stunting from the social determinant of health include social, environmental and biological causes. Some of the factors that influence the nutritional status of children under five are household income, parenting experience, parental education, illness, exclusive breastfeeding and complementary breastfeeding. Feeding children under five is influenced by parents and caregivers. Food provided with balanced nutrition according to the needs of children under five to prevent malnutrition, especially stunting.

Keywords: *stunting, parents, toddler*

1. PENDAHULUAN

Stunting adalah keadaan pendek menurut umur yang ditandai dengan nilai indeks tinggi badan atau panjang badan menurut umur (TB/U atau PB/U) kurang dari -2 standar deviasi (WHO, 2005). *Stunting* tidak hanya pendek, namun adanya gangguan pertumbuhan linear dalam jangka lama dalam hitungan tahun (WHO, 2014). Pada tahun 2013, 4 dari 10 balita mengalami *stunting* (Riskesdas, 2013). Prevalensi telah mengalami penurunan menjadi 29,6%. Rata-rata balita *stunting* usia 0-59 bulan adalah 29,6%. Presentase sangat pendek dan pendek balita umur 0-59 bulan menurut provinsi pada tahun 2017 Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) 19,8% (PSG, 2017).

Penyebab *stunting* dilihat dari *social determinant of health* meliputi penyebab sosial, lingkungan dan biologi. Lingkungan sosial meliputi kebijakan politik, kemiskinan, status sosial dan ekonomi orang tua, jumlah anggota keluarga. Sementara lingkungan fisik meliputi sanitasi air bersih, asap rokok, polusi asap bahan bakar memasak. Lingkungan biologi meliputi jenis kelamin balita, usia balita, konsumsi dan suplementasi zat mikro, penyakit infeksi, tinggi badan orang tua (Siswati, 2018). Hipotesis Barker menyatakan bahwa *stunting* saat dewasa disebabkan oleh

malnutrisi yang dialaminya saat awal kehidupan yaitu masa kehamilan. Ibu hamil dengan kurang gizi akan melahirkan bayi dengan ukuran kecil dan berat, panjang, lingkar perut, lingkar kepala dan ukuran lain di dalam tubuh lebih kecil daripada bayi yang ibunya tidak malnutrisi (Barker, 1995). Dampak *stunting* bagi bangsa meliputi kecerdasan dan daya saing individu rendah, kemiskinan intergenerasi, kerugian negara akibat *stunting* yang menyebabkan sindrom metabolik meningkat sehingga tidak produktif saat dewasa, mengalami cacat, dan kematian dini. *Stunting* di masa anak-anak berkaitan dengan obesitas dimasa dewasa karena gangguan pertumbuhan hormon pada masa janin berkaitan dengan oksidasi lemak (Siswati, 2018). Kesadaran masyarakat yang rendah mengenai dampak stunting menjadi tantangan yang perlu diminimalisir. Salah satu bagian dari kejar tumbuh saat balita. Berdasarkan analisis situasi diatas, diperlukan upaya pencegahan *stunting* dengan sasaran orang tua balita yaitu milenial.

2. PERMASALAHAN MITRA

Presentase sangat pendek dan pendek balita umur 0-59 bulan menurut provinsi pada tahun 2017 Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sebesar 19,8%. Selain itu, balita umur 0-59 bulan berada dalam masa pertumbuhan. Kebutuhan makan balita umur 0-59 bulan tergantung terhadap orang tua. Edukasi gizi mengenai *stunting* diharapkan menjadi langkah awal bagi orang tua dalam meningkatkan pengetahuan gizi mengenai cara memenuhi kebutuhan gizi dan mengetahui status gizi anak saat ini.

3. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan yang diadakan Komite Orang Tua/Wali Murid KB TK BMD Pandensari dilaksanakan sebulan sekali. Namun, edukasi berupa penyuluhan tentang gizi yaitu *stunting* belum pernah dilaksanakan. Kegiatan lainnya yang biasa dilakukan adalah pengajian bersama ustad atau kegiatan lain yang bertujuan meningkatkan kemampuan orang tua / wali murid seperti pelatihan *public speaking*. Kegiatan tersebut biasanya dilakukan di Aula KB TK BMD Pandensari selama anak-anak melakukan kegiatan proses belajar mengajar di kelas masing-masing.

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Kamis, 21 Maret 2019, dan diikuti oleh 32 orang orang tua / wali murid. Kegiatan dilaksanakan pada pukul 08.00 – 11.00 WIB. Edukasi dilakukan oleh Siska Puspita Sari, S.Gz, MPH dan Umi Mahmudah S.Gz, M. Gizi. Kegiatan dilakukan dalam bentuk penyuluhan dengan ceramah, kemudian dilanjutkan tanya jawab dan pembagian doorprize. Sebagian besar (85%) peserta merespon dengan sangat baik materi yang diberikan. Hal itu terlihat dari hasil evaluasi, peserta dapat menjawab sebagian besar pertanyaan yang diberikan saat tanya jawab terkait materi *stunting* yang diberikan. Terdapat 5 pertanyaan yang disampaikan oleh peserta, peserta yang bertanya diberikan doorprize. Setelah acara selesai masih banyak pertanyaan mengenai *stunting* terutama penentuan status gizi dengan variasi usia balita dan kesulitan makan balita selama ini. Di akhir acara Komite Orang Tua/Wali Murid KB TK BMD Pandensari memberitahukan bahwa peserta antusias dengan banyak bertanya dan menginginkan keberlanjutan program untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai gizi.

4. PEMBAHASAN

Penyebab stunting dapat diakibatkan dari beberapa faktor. Beberapa diantaranya adalah rendahnya akses terhadap makanan dari segi jumlah dan kualitas gizi. Pola asuh yang kurang baik terutama pada perilaku dan praktek pemberian makan pada anak. Rendahnya akses pelayanan kesehatan termasuk akses sanitas dan air bersih. Edukasi yang dilakukan adalah upaya peningkatan pengetahuan *stunting* dan upaya pencegahannya karena peserta merasa belum mengetahui dengan pasti definisi *stunting*. Beberapa orang tua belum pernah mendengar definisi *stunting* dan beberapa mengartikan *stunting* adalah pendek. Peserta tidak mengetahui anaknya termasuk ke dalam *stunting* atau tidak maka dari itu dalam materi diberikan cara pengukuran bagaimana menghitung tinggi badan berdasar umur melalui *WHO Child Growth Standards*.

Materi yang ditekankan adalah mengapa orang tua anak PAUD penting mengetahui tentang *stunting*. Agar orang tua paham bahwa anak di usia tersebut perlu diberikan stimulasi perkembangan otak menjadi optimal, perlu edukasi tentang pentingnya asupan gizi, pola asuh dan pola sanitasi yang baik. Upaya pencegahan stunting berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 39 Tahun 2016 tentang Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga dapat melalui Program 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan), pemberian vitamin A setiap enam bulan, pemberian obat cacing, dan vaksinasi lengkap.

Lima pertanyaan yang diajukan oleh orang tua wali murid pada KB TK BMD antara lain pertanyaan memastikan anaknya *stunting* atau tidak, pentingnya pemberian suplementasi pada anak, perlu tidak pemberian suplemen zink dan kalsium untuk pencegahan *stunting* dan seberapa besar peran genetik terhadap kejadian *stunting*. Dari beberapa pertanyaan tersebut, hal yang perlu diketahui untuk mengetahui anaknya *stunting* atau tidak adalah dengan cara melakukan plotting grafik *WHO Child Growth Standards* dengan *indicator height for age* atau tinggi badan menurut umur disesuaikan dengan jenis kelamin dan usianya. Pada *WHO Child Growth Standards*, grafik biru digunakan untuk anak laki-laki dan grafik pink untuk anak perempuan. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak bertujuan untuk menetapkan acuan dalam penilaian status gizi dan tren pertumbuhan Anak Indonesia. Standar Antropometri Anak di Indonesia mengacu pada *WHO Child Growth Standards* untuk anak usia 0-5 tahun kategori status gizi anak meliputi:

1. Berat Badan menurut Umur (BB/U)
2. Panjang Badan atau Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U)
3. Berat Badan menurut Panjang Badan atau Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB)
4. Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)

Suplementasi zink dan kalsium pada anak memang penting untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Akan tetapi, apabila asupan makan pada anak sudah tercukupi meliputi sumber karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayur dan buah, maka suplementasi tidak perlu diberikan pada anak. Berdasarkan hasil penyuluhan diketahui bahwa beberapa dari Orang Tua/Wali Murid KB TK BMD Pandensari sudah memberikan gizi yang semaksimal mungkin untuk putra putrinya, akan tetapi ada yang beberapa khawatir karena ada keturunan pendek. Untuk menghindari kejadian *stunting*, perlu dimaksimalkan gizi pada 1000 HPK (Hari pertama kehidupan) yang dimulai 270 hari pada masa kehamilan, 180 hari pada usia 0-6 bulan dengan pemberian ASI Eksklusif dan 550 pada usia 6 – 23 bulan dengan pemberian MPASI dan ASI tetap dilanjutkan.

Di akhir acara Komite Orang Tua/Wali Murid KB TK BMD Pandensari memberitahukan bahwa peserta antusias dengan banyak bertanya dan menginginkan keberlanjutan program untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai gizi, dan pada saat kegiatan penyuluhan berlangsung, Orang Tua/Wali Murid KB TK BMD Pandensari materi terkait *stunting* ini penting sekali bagi Orang Tua/Wali Murid KB TK BMD Pandensari yang masih awam atau belum mengetahui tentang *stunting*. Besar harapan Komite Orang Tua/Wali Murid KB TK BMD Pandensari untuk bisa menyelenggarakan penyuluhan dengan tema yang sama bagi Orang Tua/Wali Murid KB TK BMD Pandensari, khususnya yang berhalangan hadir, supaya Orang Tua/Wali Murid KB TK BMD Pandensari paham dan mengerti bagaimana upaya pencegahan *stunting*.

Dikutip dari Zulaekah (2012), melalui pendidikan gizi di sekolah diharapkan pengetahuan, sikap dan cara praktek yang baik tentang konsumsi pangan. Tingkat pengetahuan seseorang menentukan pemilihan makanan. Diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan orang tua / wali murid dalam pencegahan *stunting*, dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam hal ini orang tua / wali murid KB TK BMD Pandensari dalam mempersiapkan dan menyediakan makanan lokal sesuai prinsip “Gizi Seimbang” untuk balita dalam upaya membentuk keluarga yang sehat.



Gambar 1 dan 2. Kegiatan Edukasi Stunting



Gambar 3. Komite Orang Tua/Wali Murid KB TK BMD Pandensari

5. KESIMPULAN

Sebagian besar (85%) peserta merespon dengan sangat baik materi yang diberikan. Proses penyuluhan berlangsung sangat baik, terlihat dari seluruh peserta memperhatikan dengan baik materi yang disampaikan dan komite orang tua/wali murid KB TK BMD Pandensari membantu untuk memfasilitasi kegiatan sehingga proses penyuluhan berjalan lancar. Diperlukan adanya program promotif lebih lanjut untuk menumbuhkan kesadaran pencegahan *stunting* sehingga diharapkan dapat meminimalkan masalah gizi balita di KB-TK BMD Pandensari.

DAFTAR PUSTAKA

- Barker, D.J.P. 1995. Fetal origin of coronary heart disease British Medical Journal 311 171-174.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. Riset Kesehatan Dasar: RISKESDAS. Jakarta: Kemenkes RI.
- Siswati, 2018. Stunting. Yogyakarta: Husada Mandiri.
- WHO, 2005. WHO Anthro 2005: Software for assessing growth and development of the world's children.
- WHO, 2014. Global Nutrition Targets 2025. Stunting Policy Brief.
- Zulaekah, S. 2012. Pendidikan Gizi dengan Media Booklet terhadap Pengetahuan Gizi. Jurnal KEMAS 7 (2): 123-133.