https://e-journal.citakonsultindo.or.id/index.php/CITAKARYA

E ISSN : 2986-5603

Jurnal Pengabdian Masyarakat

PENDAMPINGAN PENCEGAHAN STUNTING MELALUI GAYA HIDUP PEDESAAN DESA PUPUS LEMBEYAN KABUPATEN MAGETAN

Rizal Ula Ananta Fauzi[1] ,Dian Citaningtyas Ari Kadi [2], Rico Ardiansyah [3]

[1,2,3]Universitas PGRI Madiun

Email: Citakirana11@gmail.com

ABSTRAK

Pelaksanaan pengabdian masyarakat merupakan hal wajib bagi perguruan tinggi, salah satunya iyalah dari mahasiswa yang melaksanakan Kuliah Kerja Nyata. KKN yang dilaksanakan di Desa Pupus Kecamatan Lembeyan Magetan dalam rangka pemberantasan stunting mahasiswa melakukan penyuluhan kepada masyarakat dengan tujuan merubah pola hidup sehat guna mencegah stunting. Kegiatan dimulai dari usia remaja, ibu hamil dan balita. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi ceramah, diskusi, cek kesehatan, praktik, dan pengamatan melalui tiga serangkaian usia tersebut. Dari serangkaian pelaksanaan tersebut masyarakat telihat antusias dan memahami bagaimana bentuk pencegahan stunting guna memiliki generasi yang lebih baik dikemudian hari.

Kata kunci : *Stunting, Kesehatan, BKKBN*

PENDAHULUAN

Kesadaran dalam kesehatan merupakan bentuk baku untuk zaman saat ini, melihat pada saat ini banyak bentuk ancaman dari kesehatan. Mulai dari pandemi, mutasi penyakit dan antisipasi penyakit keturunan. Hal tersebut menjadikan sebuah tantangan diamana perkembangan mulai dari balita hingga lansia untuk berusaha saling menjaga kesehatan masing masing. Salah satu untuk mencegah hal tersebut iyalah memelihara perkembangan secara normal dan bertahap sesuai tupoksi usia. Misalnya balita yang kekurangan gizi dapat menjadikan pertumbuhan kurang, dan menyebabkan stunting seperti yang dikatan pada sebuah artikel ilmiyah bawasannya balita akan terjadi stunting jika asupan gizi kurang pada rentan beberapa waktu tertentu (Rosita, 2021). Oleh karena itu pemberian nutrisi dan pola hidup sehat sangat perlu dilakukan apalagi pada saat usia pertumbuhan.

Kesadaran mengenai tumbuh kembang anak yang sedang di giatkan oleh pemerintah merupakan upaya pemcegahan yang nyata untuk meningkatkan mutu kesehatan anak – anak penerus bangsa. Stunting merupakan bentuk pertumbuhan yang tidak normal pada anak dikarenakan kekurangan gizi kronis untuk memenuhi pertumbuhan anak sehingga terlalu pendek pada usia tertentu (Novianti et al., 2021). Sehingga membutuhkan pendampingan yang dilaksanakan khusus ataupun umum untu mencegah terjadinya stunting. Pecegahan stunting bisa dilaksanakan melalui posdyandu yang dilaksanakan oleh

Copyright to the author of some rights reserved This work is licensed under aCreative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

E ISSN : 2986-5603
Jurnal Pengabdian Masyarakat

kader, bidan Desa, yang dinaungi oleh pihak Desa, hal ini dilakukan untuk memeriksa perkembangan bahwa anak stunting ataupun tidak dengan melihat perkembangan disetiap bulannya (Novianti et al., 2021). Dari sisi lain juga memberikan konseling dan penyuluhan kepada ibu dan anak guna pemberian gizi yang cukup pada setiap perkembangannya (Novianti et al., 2021).

Pengaruh dari stunting juga merupakan bentuk dari serangkain tingkatan usia, oleh karena itu pengaruh dari ibu itu sendiri dipersiapkan dari mulai remaja hingga sampai dengan ibu hamil. Kehamilan merupakan hal fisiologis namun dapat menjadikan komplikasi yang mengancam ibu dan janin, terutama pada saat kelahiran (Sukartiningsih, 2021). Hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) saat tahun 2010 Angka Kematian Ibu (AKI) masih tinggi walaupun sudah memiliki penurunan dari 307 per 100.000 kelahiran hidup kemudian menjadi 228 per 100.000 kelahiran hidup lalu Angka Kematian Neonatal (AKN) 19 per 1.000 Kelahiran (Sukartiningsih, 2021). Hal ini mengingatkan bawasannya perkembangan stunting tidak hanya pada anak – anak saja untuk mencegahnya, sehingga perlunya pengawalan dari remaja, ibu hamil, kemudian anak – anak taupun dimulau dari balita. Pencehan yang paling ampuh iyalah dengan memberikan asi satu jam setelah kelahiran dan memaksimalkan pada 6 bulan kelahiran (Rosita, 2021). Oleh karena itu untuk pencegahan yang nyata pemerintah memberikan program pencehaan mulai dari posyandu remaja, kelas ibu hamil, dan posyandu balita. Keperluan yang paling penting dari poin posyandu remaja iyalah seperti tertulis pada sebuah artikel ilmiyah bahwa edukasi bagi para ibu mengenai pola asuh, kesiapan, dan pemberian makanan yang bergizi pada balita (Rosita, 2021).

Kehamilan tentunya juga memiliki peran yang sangat besar pada pencegahan stunting, oleh karena itu trimester 3 ahir memerlukan kelas ibu hamil bertujuan seabagai bentuk penanganan yang lebih lanjut. Tujuan dilakukan senam ibu hamil untuk memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot dinding perut, ligament, juga otot dasar panggul yang berhubungan dengan persalinan (Widiarti & Yulviana, 2021). Fungsi yang lebih lanjut ditujukan untuk memperkuat tulang abdomen sehingga dapat mengurangi keluhan nyeri punggung (Widiarti & Yulviana, 2021). Menurut Mudayyah dalam (Widiarti & Yulviana, 2021) bertempet di Puskesmas Pengasih I Kulon Progo terdapat statistik 12 (83%) ibu hamil ditemui 10 ibu hamil mengalami nyeri punggung selebihnya dua (17%) ibu hamil tidak mengalami nyeri punggung.

Berdasarkan hal tersebut ada beberapa kegiatan oleh mahasiswa KKN – T 2023 Kelompok 20 Universitas PGRI Madiun yang dilakukan untuk mencegah stunting di Desa pupus Kecamatan Lembeyan, Magetan. Mengingat masih banyak bentuk kesadaran dari pola hidup sehat dan beberapa kejadian stunting di desa Pupus. Kami selaku mahasiswa KKN melaksanakan 3 bentuk kegiatan penyuluhan stunting dengan meliputi Posyandu remaja, Kelas ibu hamil, dan Penyuluhan balita Stunting. Terdapat 30 remaja, 8 ibu hamil, dan 5 anak stunting di Desa Pupus tersebut.

Copyright to the author of some rights reserved This work is licensed under aCreative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

E ISSN : 2986-5603

Jurnal Pengabdian Masyarakat

KAJIAN TEORI

WHO menerangkan bawasannya stunting merupakan bentuk anak kekurangan gizi secara kronis dengan kendala pertumbuhan yang signifikan (Novianti et al., 2021). Hal ini menyebabkan kendala diberbagai aspek, salah satunya dalam menumbuhkan kemampuan SDM anak tersebut. Indonesia merupakan negara yang Tripple Burden berkebutuhan Gizi yaitu Stunting, obesitas, dan wasting (penurunan berat badan) (Global Nutrition Report, 2018; Riskesdas, 2018). Oleh karena itu pencegahan secara dini perlukan, dengan berbagai cara pencehan mulai dari gaya hidup, cara pemberian makanan yang bergizi, dan lain sebagainya. Kekurangan gizi dimulai dari 1000 hari kehidupan, dengan rincian 2 tahun usia balita, hal ini mengacu pada laporan UNICEF bawansannya Indonesia memiliki angka tinggi stunting (UNICEF, 2012). Faktor yang mengawali stunting iyalah bekal ibu ataupun bapak yang akan diturunkan kepada anak, dikutip dari pernyataan WHO, bawasannya kondisi kurang gizi pada masa *preconception* (masa remaja), KEK (Kekurangan Energi Kronis), dan anemia merupakan faktor pendukung terjadinya stunting (Novianti et al., 2021).

Keperluan dari Posyandu remaja merupakan cikal bakal pemberantasan stunting yang digiatkan untuk memulihkan SDM yang baik. Hal ini mengacu kesiapan dalam kehamilan yang dilanjutkan untuk melakukan pemeliharaan yang baik untuk memberantas stunting. Posyandu merupakan fungsi pokok dengan melakukan monitoring pada perkembangan dan konseling secara khusus (Novianti et al., 2021). Selanjutnya tidak luput dengan ibu hamil, yang merupakan pokok dari kesiapan mencegah stunting. Kelas ibu hamil meruapakan upaya yang bisa dilakukan untuk mengedukasi ibu hamil, terkait kesehatan dan kecukupan gizi terutama pada saat hamil (Ekayanthi & Suryani, 2019). Dalam sebuah penelitian mengemukakan bawasannya ibu hamil yang kekurangan gizi mengakibatkan *intrauterin growth retardation* (IUGR) dengan akibat bayi lahur kekurangan gizi (Ekayanthi & Suryani, 2019). Faktor hubungan dengan remaja iyalah KEK (Kekurangan Energi Kronis) yang kemudian saat pada hamil menimbulkan resiko 8,24 kali lebih besar menyebabkan bayi stunting,hal ini yan telah diteliti pada sebuah artikel yang menyetakan KEK memungkinkan balita menjadi stunting (Ekayanthi & Suryani, 2019).

Makanan Pendamping ASI (MP-ASI), merupakan hal yang harus tercukupi setelah usia 6 bulan dan jika kurang 6 bulan diberikan akan menyebabkan diare, hal ini dikarenakan setelah 6 bulan memerlukan zat besi yang cukup (Rosita, 2021). Beberapa bentuk perhatian yang dilakukan padasaat hamil tentunya memiliki progres penting, salah satunya iyalah kelas ibu hamil dan kemudian dilaksanakan senam ibu hamil. Senam hamil merupakan bentuk latihan memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot dinding perut, ligament, juga otot dasar panggul. Hal ini berhubungan dengan proses persalinan. Selain itu berfungsi sebagai stabilitas inti tubuh yang akan memelihara kesehatan tulang belakang. Mempunyai kekuatan tubuh baik dapat meningkatkan keseimbangan dan kestabilan individu yang berguna meminimalkan risiko trauma tulang nelakang (Widiarti & Yulviana, 2021).

Copyright to the author of some rights reserved This work is licensed under aCreative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

https://e-journal.citakonsultindo.or.id/index.php/CITAKARYA
E ISSN : 2986-5603
Jurnal Pengabdian Masyarakat

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini berlangsung selama 3 tahap, dengan penjabaran stunting. Tahap pertama iyalah pelaksanaan Posyandu Remaja, Kelas Ibu hamil, dan Posyandu Balita. Dengan bentuk tahapan tersebut dilaksanakan pada rentang bulan januari dan februari masa KKN – T 2023 kelompok 20 Universitas PGRI Madiun di desa Pupus, Kecamatan Lembeyan, Kabupaten Magetan, rincian lebih lanjut sebagai berikut.

Tabel 1. Pelaksanaan kegaitan

Bidang	Nama kegiatan	Waktu kegiatan		Keterangan Waktu
		Harian	Minggu	
KKN-T BKKBN (Stunting)	Posyandu Remaja	√		Senin, 23 Januari 2023
	Kelas Ibu Hamil	√		Jum'at, 27 Januari 2023
	Penyuluhan Balita Stunting	√		Selasa. 07 Februari 2023

1. **Posyandu Remaja**

   Pada tahap ini mahasiswa melaksanakan posyandu remaja yang dilaksanakan pada hari minggu dengan rentan waktu satu bulan sekali. Hal yang disiapkan iyalah pengecekan tinggi badan, berat badan, lingkar lengan, lingkar perut, tekanan darah, dan konseling. Kader posrem hingga anggota remaja terdapat 30 remaja. Pelaksanaan tersebut bertempatan dibalai desa dan didampingi oleh bidan desa.

2. **Kelas Ibu Hamil**

   Selanjutnya mengenai pelaksanaan kelas Ibu hamil yang diikuti ibu hamil pada masa kehamilan Trimester 3 bulan terahi yang dihadiri 8 ibu hamil dalam satu desa di desa Pupus. Dengan dilaksanakan dibalai desa dalam rentan 2 kali dalam setahun. Kegiatan tersebut dipandu oleh bidan desa yang berisikan pemaparan seputar kehamilan dan senam ibu hamil. Selain itu juga ada pemberian tambahan gizi untuk ibu hamil tersebut.

3. **Penyuluhan Balita Stunting**

   Tahapan yang terahir dalam pencegahan stunting iyalah denga penyuluhan stunting, hal ini dilakukan untuk mengingungatkan kembali mengenai cara hidup sehat, dan pola pemberian gizi dari mulai ibu dan anak. Pelaksanaan tersebut dilaksanakan diberbagai dusun yang kemudian dilaksanakan bertepatan denga acara yang diadakan oleh Mahasiswa di dusun Patik, Desa Pupus. Dusun tersebut memiliki balita stunting sebanyak 5. Ole karena itu diadakan penyuluhan bersama seluruh balita yang terdaftar pada posyandu patik.

HASIL DISKUSI

Berdasar pada tahapan yang telah dilalui, kami berusaha untuk memberikan berbagai bentuk konseling kepada kesehatan seputar remaja. Selain itu pelaksanaan

Copyright to the author of some rights reserved This work is licensed under aCreative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

https://e-journal.citakonsultindo.or.id/index.php/CITAKARYA
E ISSN : 2986-5603
Jurnal Pengabdian Masyarakat

tersebut juga melibatkan pengukuran lainnya. Cek kesehatan tersbut bertujuan untuk memastikan distiap perkembangan remaja memungkinkan tumbuh secara normal. Posyandu tersebut memonitoring para remaja guna kesehatan ataupun kematangan menuju dewasa.



Gambar 1. Posyandu Remaja



Gambar 2. Posyandu Remaja



Gambar 3. Posyandu Remaja

Konseling yang dianjurkan iyalah bagai mana bentuk pola hidup sehat, yang nerupakan peningkatantaraf hidup pedesaan. Selain itu juga memenuhi konteks psikis remaja yang baik bagaimana. Pengukuran pada lingkar lengan dan perut ditujukan sebagai bentuk edeal remaja yang semestinya. Mengurangi resiko obesistas dan kecukupan gizi. Hal ini mengingat setelah dewasa untuk mempersiapkan proses kehamilan sebagai mencegah stunting.

Kelas Ibu hamil merupakan hal kelanjutan dari remaja dalam mencegah stunting. Kelas ibu hamil yang dilaksanakan pada ruang PKK Desa Pupus Kecamatan Lembeyan Magetan, penjabaran yang dilaksanakan kegiatan tersebut iyalah meberikan sosialisasi mengenai kesehatan ibu hamil trimester 3 bulan terahir, senam ibu hamil, dan pemberian gizi yang menunjang kesehatan ibu dan anak. Kegiatan tersebut diadakan oleh Mahasiswa KKN – 2023 kelompok 20 Universitas PGRI Madiun kemudian dipandu oleh bidan desa.



Gambar 4. Kelas Ibu Hamil



Gambar 5. Kelas Ibu Hamil

Copyright to the author of some rights reserved This work is licensed under aCreative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

https://e-journal.citakonsultindo.or.id/index.php/CITAKARYA
E ISSN : 2986-5603
Jurnal Pengabdian Masyarakat



Gambar 6. Kelas Ibu Hamil

Susunan pencegahan stunting terahir iyalah mengenai penyuluhan stunting yang dilaksanakan pada dusun Duduk wilayah patik, yang memiliki anak stunting 5 anak. Penyuluhan tersebut dipandu oleh teman – teman mahasiswa dan bidan desa. Hal ini untuk pemaparan bagaimana pencegaman stunting dimulai dari pola hidup sehat pedesaan yang benar, pemberian kecukupan gizi pada ibu hamil, ibu menyusui, dan anak balita. Tidak hanya itu juga, edukasi tersebut juga disertai bentuk konkrit yang dijadikan acuan misal sayur – sayuran, biji bijian, susu , dan lain sebagainya. Dan yang terahir pemberian vitamin kepada balita diatas umur satu bulan. Sebelum penyuluhan dimulai tentunya semua melaksanakan posyandu rutin telebih dahulu oleh kader setempat.





Gambar 7. Penyuluhan Stunting



Gambar 8. Penyuluhan Stunting

Gambar 9. Penyuluhan Stunting

Copyright to the author of some rights reserved This work is licensed under aCreative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

https://e-journal.citakonsultindo.or.id/index.php/CITAKARYA
E ISSN : 2986-5603
Jurnal Pengabdian Masyarakat

MANFAAT KEGIATAN

Setiap kegiatan yang berjalan diharapkan akan memberikan manfaat, demikian halnya kegiatan KKN – T kelompok 20 BKKBN Stunting yang dilaksanakan. Beberapa manfaat yang dapat diperoleh :

1. Untuk Mahasiswa

   Pengabdian Mahasiswa KKN – T 2023 kelompok 20 Universitas PGRI Madiun dipakai untuk melaksanakan tridarma dalam melaksanakan konsep teoritis dan ilmu pengetahuan. Sehingga pengabdian masyarakat ini bermanfaat untuk masyarakat Desa Pupus, Kecamatan Lembeyan, Magetan

2. Bagi Masyarakat :

   Kegiatan pengabdian Mahasiswa KKN – T 2023 kelompok 20 Universitas PGRI Madiun kepada masyarakat ini bermanfaat untuk masyarakat Desa Pupus, Kecamatan Lembeyan, Magetan dalam segi kesehatan masyarakat khususnya pencegahan stunting.

KESIMPULAN

Hasil dari pengabdian masyarakat oleh Mahasiswa KKN – T 2023 kelompok 20 Universitas PGRI Madiun dalam segi kesehatan masyarakat khususnya pencegahan stunting, menyatakan bawasannya pemeliharaan kesehatan dalam upaya pencegahan stunting sangat gencar dilakukan. Gaya hidup didesa terkadang memungkinkan anak tumbuh kurang gizi walaupun diusia dewasa memiliki kemanpuan yang sama. Peningkatan mutu gaya hidup pedesaan melalui program pencegahan stunting memungkinkan peningkatan asupan gizi bagi anak remaja, ibu hamil, dan balita untuk memenuhi gizi masing – masing usia. Diharapkan pada program pemeliharaan hidup sehat dalam upaya pencegahan stunting ini masyarakat sadar akan pentingnya asupan gizi pada usia pertumbuhan, dengan demikian guna menciptakan keseimbangan Sumber Daya Manusia yang lebih layak.

DAFTAR PUSTAKA

Ekayanthi, n. W. D., & suryani, p. (2019). Edukasi gizi pada ibu hamil mencegah stunting pada kelas ibu hamil. *Jurnal kesehatan*, *10*(3), 312. Https://doi.org/10.26630/jk.v10i3.1389

Novianti, r., purnaweni, h., & subowo, a. (2021). *Peran posyandu untuk menangani stunting di desa medini kecamatan undaan kabupaten kudus*.

Rosita, a. D. (2021). Hubungan pemberian mp-asi dan tingkat pendidikan terhadap kejadian stunting pada balita: literature review. *Jurnal penelitian perawat profesional*, *3*(2), 407–412. Https://doi.org/10.37287/jppp.v3i2.450

Sukartiningsih, m. C. E. (2021). Hubungan pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan dengan keteraturan melaksanakan antenatal caredi puskesmas pembantudauh puri denpasar tahun 2014. *Jurnal kebidanan*, *1*(1).

Copyright to the author of some rights reserved This work is licensed under aCreative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

E ISSN : 2986-5603

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Widiarti, i. R., & yulviana, r. (2021). Pendampingan senam hamil pada ibu hamil trimester iii untuk mengurangi nyeri punggung. *Jom*, *01*, 153–160. Https://doi.org/10.25311/jkt/vol1.iss2.463

Unicef indonesia. (2012). Ringkasan kajian gizi ibu dan anak. Retrieved from http://www.unicef.or.id. Diunduh tanggal 13 oktober 2016

Riset kesehatan dasar (riskesdas) (2018). Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian ri tahun 2018. Http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/hasil%20riskesdas%202018.pdf – diakses agustus 2018.

Copyright to the author of some rights reserved This work is licensed under aCreative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License