

**UPAYA PENCEGAHAN STUNTING MELALUI KEGIATAN  
PENYULUHAN DAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN  
DI DESA BATU HULA,KECAMATAN BATANGTORU  
KABUPATEN TAPANULI SELATAN**

**Rini Fitriani Dongoran<sup>1</sup>, Nurlaila<sup>2</sup>, Apriana Sari<sup>3</sup>, Isra Hotningsih Siregar<sup>4</sup>, Desilatifa Amanda<sup>5</sup>, Maya Lestari<sup>6</sup>, Nadya Nur Rahayu Lubis<sup>7</sup>, Intan Nuraini<sup>8</sup>, Kholilah Salsabila Rangkuti<sup>9</sup>, Puja Wati Siregar<sup>10</sup>, Dandi Ramadani<sup>11</sup>, Sri Indah Komala<sup>12</sup>, Yulia Astuti<sup>13</sup>.**

<sup>1</sup>Dosen Universitas Aufa Royhan Fakultas Kewirausahaan

<sup>2</sup>Dosen Universitas Aufa Royhan Fakultas Farmasi

<sup>3-12</sup>Mahasiswa Universitas Aufa Royhan Fakultas Kesehatan

<sup>13</sup>Mahasiswa Universitas Aufa Royhan Fakultas Bisnis dan Terapan

[rinfitianidongoran95@gmail.com](mailto:rinfitianidongoran95@gmail.com)

**Abstrak**

Desa Batu Hula merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Batangtoru Kabupaten Tapanuli Selatan. Masyarakat Desa Batu Hula memiliki masyarakat yang terkena gejala stunting tercatat dalam data posyandu. Stunting disebabkan kekurangan asupan gizi dalam waktu lama pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang merupakan masa kritis kurangnya pengetahuan orang tua akan sangat berpengaruh pada asupan gizi anak. Sehingga dalam hal demikian, perlu dilakukannya pencegahan masalah stunting dengan cara memberikan pemahaman terhadap masyarakat dalam menanggulangi tingginya angka stunting di Desa Batu Hula. Dalam hal ini mahasiswa KKN Tematik-Stunting Desa Batu Hula melaksanakan kegiatan Penyuluhan Stunting yang dirangkai juga dengan pembagian PMT (Pemberian Makanan Tambahan) bagi ibu hamil dan anak-anak balita yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan para orang tua pentingnya menjaga asupan gizi anak-anak bahkan pada saat kehamilan untuk mencegah stunting.

**Kata Kunci: Penyuluhan Stunting, Pencegahan Stunting**

**Abstract**

Batu Hula villages is one of the villages in kecamatan Batang Toru ,Kabupaten tapanuli selatan. Batu Hula Village is recorded to have a fairly high stunting rate, it is known that the latest data until August 2022 there are 2 children in Batu Hula Village who are indicated to be stunted. Stunting is caused by a lack of nutritional intake for a long time in the first 1000 days of life (HPK), which is a critical period, the lack of parental knowledge will greatly affect children's nutritional intake. So in this case, it is necessary to prevent stunting problems by providing understanding to the community in deciding the high stunting rate in Batu Hula Village. In this case, Batu Hula Village Stunting-Thematic KKN students carried out Stunting Counseling activities which were also coupled with the distribution of PMT (Supplementary Food Provision) for pregnant women and Toddler children aimed at increasing the knowledge of parents how important it is to maintain children's nutritional intake even during pregnancy to prevent stunting.

**Keywords: Stunting education, Stunting prevention**

## 1. PENDAHULUAN

Desa Batu Hula terletak di Kecamatan Batang Toru Kabupaten Tapanuli Selatan, Provinsi Sumatera Utara. Desa ini memiliki luas wilayah sebesar 380,04 km<sup>2</sup> yang terdiri dari 19 desa dan 4 kelurahan dengan jumlah penduduk sebanyak 33.760 jiwa, penduduk kecamatan ini memeluk agama Islam yakni 84,04%. Kemudian sebagian lagi beragama Kristen 15,95%, dimana protestan 14,29% dan katolik 1,66%, dan yang beragama Buddha 0,015%. Untuk sarana rumah ibadah, terdapat 50 Masjid, 27 mushola, 9 gereja Protestan dan 7 gereja Katolik. (BPS, 2020).

Desa Batu Hula memiliki keunggulan mulai dari lokasinya yang estetik, banyak persawahan serta lokasinya yang tidak terlalu jauh dari pusat kota. Namun begitu, Desa Batu Hula menghadapi masalah kesehatan yang memerlukan penanganan khusus yakni Stunting. Berdasarkan hasil observasi dan survey diketahui bahwa data terbaru hingga Agustus 2022 terdapat 2 anak di Desa Batu Hula yang terindikasi mengalami masalah Stunting. (Website batu hula).

Menurut WHO, stunting adalah gangguan pertumbuhan anak yang disebabkan oleh gizi buruk, dimana anak tidak mencapai tinggi badan ideal sesuai usianya sehingga seara fisik, pertumbuhannya terhambat. Stunting mulai terjadi terutama pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK), dihitung sejak masa konsepsi bayi di perut ibu hingga anak berusia 2 tahun. Periode 1000 hari pertama kehidupan ini sering disebut sebagai masa keemasan pertumbuhan anak. Oleh karena itu, penting untuk dilakukan intervensi pada periode ini karena stunting menyebabkan anak mengalami keterlambatan dalam pertumbuhan fisik dan mental dalam jangka panjang, yang pada akhirnya dapat mengurangi potensi anak untuk berkembang secara optimal.

Dua belas langkah pencegahan stunting yang bisa dimulai dari rumahnya, tanya ada beberapa langkah yang bisa Ibu lakukan untuk mencegah stunting yang bisa dimulai di rumah. Langkah tersebut, antara lain: Mengoptimalkan asupan gizi ibu selama kehamilan, pemberian ASI eksklusif hingga anak berusia 6 bulan, karbohidrat, menghindari makanan dan minuman yang mengandung gula berlebih, memberikan stimulasi dan interaksi yang cukup kepada anak. Menjaga kebersihan lingkungan dan sanitasi, Rutin memeriksakan kesehatan anak ke puskesmas atau dokter, berikutnya program imunisasi sesuai jadwal. Mengajak anak untuk berolahraga dan beraktivitas fisik. Melibatkan seluruh anggota keluarga dalam mendukung tumbuh kembang anak. (Notoadjojo, S. 2019).

Stunting sendiri sebenarnya adalah masalah yang melibatkan banyak pihak dan bukan hanya sekedar masalah yang harus mencakup lingkup rumah dan keluarga saja. Diperlukan keseriusan dari banyak pihak, terutama pemerintah dan pelayanan kesehatan. Antara yang dapat dilakukan adalah menjalani program penanganan stunting yang efektif, sehingga semua pihak ikut berperan aktif agar masa depan anak di Indonesia cerah dan bebas dari stunting. (Kesehatan RI.2018).

## 2. METODE PELAKSANAAN

Sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dari remaja, ibu hamil, ibu menyusui, orang tua, tokoh agama dan tokoh masyarakat, kader posyandu, pemerintah Desa Batu hula kecamatan batang toru kabupaten tapanuli Selatan Lokaasi kegiatan: Tempat kegiatan adalah posyandu batu hula, kecamatan batang toru kabupaten tapanuli selatan Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan tentang pencegahan stunting pada balita,

demonstrasi pemberian makanan tambahan, pemeriksaan kesehatan, berat badan anak dan tinggi badan anak. Sebelum dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat, maka mahasiswa KKN meminta izin untuk melakukan kegiatan kepada bidan desa setempat. Cara melakukan kegiatan melalui beberapa tahapan antara lain: Tahap Pertama Sebelum mulai kegiatan perwakilan dari mahasiswa KKN menyampaikan tujuan kegiatan pengabdian Masyarakat, Tahap kedua Tim memberikan penyuluhan tentang pencegahan stunting, demonstrasi pembuatan makanan tambahan dan pemberian makanan tambahan kepada balita. Selain itu juga menjelaskan tentang materi 1000 HPK, Tahap tiga melakukan penutupan di akhir kegiatan sekaligus membagi makanan puding ubi ungu kepada anak yang dilaksanakan pada tanggal 12 dan 13 oktober diposyandu Batu Hula Kecamatan Batang Toru Kabupaten Tapanuli Selatan.

Setelah dilakukan penyuluhan dan pemberian makanan tambahan pada anak ada 3 elemen yang perlu diperhatikan dalam mencegah masalah stunting yaitu, perbaikan pola makan, pola asuh serta pembenahan sanitasi air bersih. Pola makan, Ada beberapa cara untuk mencapai gizi seimbang yakni perbanyak sumber protein serta konsumsi sayuran dan buah. Dalam satu piring, setengahnya dapat diisi sumber protein baik hewani maupun nabati. Buat proporsinya lebih banyak dibanding karbohidrat. Sisanya Anda dapat mengisinya dengan sayur dan buah. Pola Asuh, Perilaku orangtua juga andil dalam mencegah stunting. Pola asuh yang baik, termasuk dalam pemberian makanan, menjadi penting. Edukasi tentang kesehatan reproduksi dan gizi bagi remaja dalam hal ini dibutuhkan karena mereka adalah calon ibu dan calon keluarga. Dengan pemahaman yang baik, masalah stunting dapat dicegah sejak ini. Jangan lupakan juga imunisasi agar anak mendapatkan kekebalan dari penyakit berbahaya. Anda dapat

mengaksesnya secara gratis di posyandu atau puskesmas terdekat. Sanitasi dan Akses Air bersih risiko infeksi pada anak dapat meningkat apabila akses air bersih dan sanitasi di lingkungan rumah buruk. Riset Harvard Chan School menyebut diare adalah faktor ketiga yang memicu gangguan kesehatan tersebut. Adapun salah satu pemicu diare berasal dari kotoran yang masuk ke dalam tubuh manusia. Oleh karena itu, Anda perlu membiasakan cuci tangan serta tidak buang air besar sembarangan pada keluarga. Di sini, peran orangtua, terutama ibu sangat penting dalam mengelola kesehatan di keluarga. (Siswati Tri, 2018).

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan penyuluhan ini ditujukan pada orang tua balita yang terindikasi stunting, ibu hamil, dan calon pengantin yang berada di Desa Batu Hula. Adapun tamu undangan yang hadir dalam kegiatan ini diantaranya adalah pendamping stunting desa Batu Hula Balai kecamatan Batang Toru, kader posyandu, dan para staff desa. Media yang digunakan pada penyuluhan ini berupa penampilan slide dan penyampaian langsung oleh pemateri yaitu Apriana Sari Selaku perwakilan dari KKN Materi yang disampaikan berisi tentang pencegahan dan cara mengatasi stunting, dari masa calon pengantin ibu hamil dan balita. Metode yang digunakan yaitu berupa penyuluhan dan Tanya jawab mengenai Pencegahan Stunting pada Balita.

Pada saat sambutan yang disampaikan oleh bidan desa diposyandu, dan kader posyandu. ditekankan bahwa stunting merupakan permasalahan kesehatan yang dicegah dan dikurangi sehingga bersih, sehat, dan bebas stunting. kegiatan penyuluhan ini juga memaparkan materi tentang stunting yang cukup sederhana.

Peran orang tua dalam mencegah stunting yang telah dibagi menjadi 3 hal utama yaitu asuh, asih, dan asah. asuh yang dimaksud adalah orang tua dapat memenuhi

kebutuhan nutrisi, imunisasi, kebersihan diri dan lingkungan, pengobatan dan bermain. Asih adalah orang tua diharapkan mampu menciptakan rasa aman, nyaman dan mendapatkan perlindungan dari pengaruh yang kurang baik, sedangkan asah yang berarti orang tua diharapkan mampu melakukan stimulasi (rangkaiannya) pada semua aspek perkembangan anak. orang tua yang berpendidikan tinggi akan mendorong anaknya untuk menempuh pendidikan yang tinggi pula, sehingga melahirkan generasi yang berpendidikan, sehat dan berdaya saing. (Menurut Egerter et al., 2019).

Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah anak lahir, tetapi masalah stunting pada anak tersebut baru nampak setelah anak berusia 2 tahun. Tentunya ibu hamil sangat berperan penting untuk mencegah stunting dalam hal menjaga kesehatan janin yang di kandungnya. Salah satu hal yang dapat dilakukan adalah pemeriksaan ibu hamil diantaranya pemeriksaan fisik yaitu pengukuran tinggi badan, berat badan, temperatur/suhu tubuh, tekanan darah. Sebelum akhir acara terdapat rangkaian acara berupa pembagian makanan tambahan (PMT) kepada para balita yang terindikasi stunting. (Iska. N.2021).

Adapun isi dari PMT tersebut yaitu puding ubi ungu. Tentunya PMT tersebut adalah pilihan makanan yang mengandung gizi yang baik untuk balita. Dengan diberikannya PMT tersebut diharapkan mampu membantu kelengkapan nutrisi para balita sehingga membantu balita tersebut untuk sembuh dari masalah stunting. Tidak hanya PMT yang telah disebutkan tadi, kami juga mendapatkan bantuan PMT dari posyandu Batu Hula Kecamatan Batang Toru Kabupaten Tapanuli Selatan berupa makanan 5 sehat sempurna, dan susu Prenagen untuk balita dan ibu hamil. Makanan 4 sehat 5 sempurna tersebut kami bagikan ke seluruh

peserta dan susu prenagen dibagikan ke ibu hamil yang hadir dalam penyuluhan stunting. Dari hasil penyuluhan yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa perbandingan tingkat edukasi orang tua mengenai materi penyuluhan stunting pada balita menunjukkan perbedaan yang cukup signifikan. Hal tersebut dapat dibuktikan dari pemahaman para ibu balita dari sebelum kegiatan dimulai dan pada saat sesi tanya jawab setelah penyampaian materi. Saat disinggung tentang apa itu stunting, sebagian peserta hanya bisa menjawab pertanyaan bahwa stunting adalah gizi buruk saja, tetapi diakhir kegiatan hampir seluruh ibu balita, ibu hamil, dan calon pengantin sudah paham bahwa secara garis besar stunting adalah gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu kecil/pendek dari umur sebayanya.

### 3. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut: terjadi peningkatan pengetahuan, sikap dan ketrampilan masyarakat Desa Batu Hula Kecamatan Batang Toru Kabupaten Tapanuli Selatan dalam mencegah stunting pada balita.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada seluruh masyarakat dan perangkat Desa Batu Hula yang telah memberikan perhatian dan bantuan, Bidan Desa Batu Hula dan Kader Posyandu Batu Hula, Kecamatan Batang Toru Kabupaten Tapanuli Selatan, atas dukungan pembiayaan terhadap kegiatan pengabdian masyarakat, sehingga KKN Tematik-Stuntingi dapat dilaksanakan dengan baik.

### REFERENSI

Egerter et al. 2019. *materi edukasi Kesehatan*. Jakarta: Jurnal community.

Iska, N. 2021. *pengaruh pelatihan tentang pemilihan makanan sehat untuk mencegah terjadinya stunting melalui edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan*. Jakarta: JKPP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan).

Kementerian Kesehatan RI. (2018). *INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek*. Jakarta Selatan: Kemenkes RIMaxwellS.(2011).

Notoadmojo, s .2019. *kesehatan dan perilaku Kesehatan*. Jakarta : Husada mandiri.

Siswati Tri. 2018. *percepatan dan pencegahan stunting*. Yogyakarta: Husada manndiri.

Website Batu Hula. *Gizi dan Dietik Sumatera utara Badan Pusat Statistik Kecamatan Batangtoru, (2020)*.



## DOKUMENASI

