

PENINGKATAN KESEHATAN KELUARGA MELALUI PEMBERDAYAAN KADER MASYARAKAT DENGAN CEGAH STUNTING DAN PEMANFAATAN SAMPAH MENJADI MEDIA EDUKASI ANAK DI DESA JEKULO KECAMATAN JEKULO KABUPATEN KUDUS

Indah Puspitasari¹, Indanah², Sukesih², Dhina Cahya Rohim³, Muhammad Adib Jauhari⁴, Achmad Ridwan⁵

¹Dosen Prodi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Kudus

²Dosen Prodi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kudus

³Dosen Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Muhammadiyah Kudus

⁴Dosen Prodi Matematika, Universitas Muhammadiyah Kudus

⁵Dosen Prodi Sistem Informasi, Universitas Muhammadiyah Kudus

indahpuspitasari@umkudus.ac.id

Abstrak

Indikator keluarga sehat yaitu balita mendapatkan pemantauan pertumbuhan. Hal ini penting untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak sudah sesuai dengan usianya, serta mendeteksi secara dini bilamana terdapat gangguan pada pertumbuhannya. Gangguan pertumbuhan pada anak yakni stunting. Prevalensi balita yang mengalami stunting di Indonesia sebanyak 24,4% pada 2021. Target pemerintah untuk prevalensi stunting di Indonesia turun menjadi dibawah 14% pada tahun 2024. Untuk itu, target penurunan prevalensi stunting setiap tahun harus berkisar 2,7%. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada intervensi gizi sensitif yakni memberikan pendidikan pengasuhan pada orang tua melalui pemberdayaan kader mengenai edukasi stunting dan pencegahannya serta pemanfaatan sampah agar bisa digunakan menjadi media edukasi anak di rumah. Kegiatan ini melibatkan 30 kader di Desa Jekulo. Bentuk kegiatan yang dilakukan adalah pemberian penyuluhan mengenai kesehatan keluarga melalui deteksi dini, pencegahan, dan penanganan stunting, serta penyuluhan kesehatan lingkungan hingga demonstrasi membuat media edukasi anak dari pemanfaatan sampah. Akhir kegiatan, respon positif dirasakan para kader karena mendapatkan pengetahuan tentang stunting dan pemanfaatan sampah guna mendukung turunnya angka kejadian stunting dan meningkatkan kesehatan lingkungan.

Kata Kunci: penyuluhan, pemanfaatan sampah, stunting

Abstract

The indicator for a healthy family is that toddlers get growth monitoring. This is important to ensure that children's growth and development are according to their age, and to detect early if there is a disturbance in their growth. Growth disorders in children, namely stunting. The prevalence of stunting under five in Indonesia is 24.4% in 2021. The government's target for the prevalence of stunting in Indonesia to fall to below 14% in 2024. For this reason, the target for reducing the prevalence of stunting every year must be around 2.7%. This community service activity focuses on sensitive nutrition interventions, namely providing parenting education to parents through empowering cadres regarding stunting education and its prevention as well as utilizing waste so it can be used as a medium for educating children at home. This activity involved 30 cadres in Jekulo Village. The form of activities carried out is the provision of counseling regarding family health through early detection, prevention and handling of stunting, as well as environmental health counseling to demonstrations on making educational media for children from the use of waste. At the end of the activity, positive responses were felt by the cadres because they gained knowledge about stunting and waste utilization to support the reduction in the incidence of stunting and improve environmental health.

Keywords: counseling, waste utilization, stunting

I. PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Kesehatan keluarga sendiri dapat diartikan sebagai keadaan sehat fisik, jasmani dan sosial dari setiap individu yang terdapat dalam satu keluarga. Setiap anggota keluarga akan saling mempengaruhi untuk mencapai status kesehatan keluarga yang optimal. Kesehatan keluarga bukan merupakan suatu hal yang dapat dicapai secara tiba-tiba pada waktu tertentu, namun dibutuhkan suatu proses dinamis yang terkait dengan perilaku keseharian seperti kebiasaan mencuci tangan, konsumsi makanan bergizi dan vitamin, istirahat yang cukup, menghindari stres, rutin berolahraga, dan satu hal yang tak kalah pentingnya yaitu check up kesehatan secara berkala (Kompas, 2014).

Keluarga sehat adalah keluarga yang setiap anggotanya berada dalam kondisi yang sejahtera, baik dari segi dari fisik maupun mental, sehingga dapat hidup normal secara sosial dan ekonomi di tengah masyarakat lainnya. Untuk mencapai standar keluarga sehat, tentunya ada syarat yang harus dipenuhi terlebih dahulu (Agustin, 2022).

Menurut Kemenkes RI, salah satu indikator dalam keluarga sehat yaitu balita mendapatkan pemantauan pertumbuhan. Berat badan bayi perlu ditimbang setiap bulannya, sejak lahir sampai usia 5 tahun. Hal ini penting untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak sudah sesuai dengan usianya, serta mendeteksi secara dini bilamana terdapat gangguan pada pertumbuhannya (Agustin, 2022).

Gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek dari standar usianya, yang dikenal dengan stunting (Haryani, 2021; Novita Agustina, 2022).

Stunting yaitu masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, sehingga menyebabkan gangguan pertumbuhan. Dalam jangka pendek, stunting dapat menyebabkan terganggunya perkembangan otak, metabolisme tubuh dan pertumbuhan fisik. Seiring dengan bertambahnya usia, stunting dapat menyebabkan kecerdasan anak di

bawah rata-rata sehingga prestasi belajarnya tidak bisa maksimal, sistem imun tubuh anak tidak baik sehingga anak mudah sakit dan anak akan lebih tinggi berisiko menderita penyakit diabetes, penyakit jantung, stroke, dan kanker (Haryani, 2021).

Anak *stunting* mempunyai *Intelligence Quotient (IQ)* lebih rendah dibandingkan rata-rata IQ anak normal (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Menurut WHO, *stunting* merupakan gangguan pertumbuhan pada anak akibat asupan nutrisi yang buruk, infeksi berulang dan stimulasi psikososial yang tidak adekuat (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Stunting dapat memberikan dampak jangka panjang dan jangka pendek terhadap pertumbuhan dan perkembangan organ tubuh (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018). Dampak jangka pendek yang bisa di timbulkan karena *stunting* antara lain anak akan mengalami gagal tumbuh, hambatan perkembangan kognitif dan motorik, dan tidak optimalnya ukuran fisik tubuh serta anak akan mengalami gangguan metabolisme. Sedangkan dampak jangka panjang yang bisa di timbulkan karena *stunting* adalah menurunnya kapasitas intelektual. Dampak jangka panjang *stunting* juga menyebabkan gangguan struktur dan fungsi saraf dan sel-sel otak yang bersifat permanen dan menyebabkan penurunan kemampuan menyerap pelajaran di usia sekolah yang akan berpengaruh pada produktivitasnya saat dewasa (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018); (States, 2012).

Stunting juga akan meningkatkan risiko terjadinya penyakit degeneratif di usia dewasa. Kekurangan gizi kronis seperti halnya yang terjadi pada *stunting* menyebabkan gangguan pertumbuhan (pendek dan atau kurus) dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti diabetes melitus, hipertensi, jantung koroner, dan stroke serta risiko mengalami disabilitas pada usia tua (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018); (Rahayu et al., 2018).

Anak yang mengalami *stunting* pada usia dini dapat berlanjut dan berisiko untuk tumbuh pendek pada usia remaja (States, 2012); (Rahayu et al., 2018). Anak yang tumbuh pendek pada usia dini (0-2 tahun) dan

tetap pendek pada usia 4-6 tahun memiliki risiko 27 kali untuk tetap pendek sebelum memasuki usia pubertas; sebaliknya anak yang tumbuh normal pada usia dini dapat mengalami *growth faltering* pada usia 4-6 tahun memiliki risiko 14 kali tumbuh pendek pada usia pra-pubertas (Rahayu et al., 2018).

Di Indonesia angka stunting menurut Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan (Kemenkes), Prevalensi balita yang mengalami stunting di Indonesia sebanyak 24,4% pada 2021, yang berarti hampir seperempat balita di dalam negeri yang mengalami stunting pada tahun lalu. Target pemerintah untuk prevalensi stunting di Indonesia turun menjadi dibawah 14% pada tahun 2024. Untuk itu, target penurunan prevalensi stunting setiap tahun harus berkisar 2,7% (RI, 2021).

Tanpa ada upaya optimal pencegahan stunting, BKKBN memprediksi, di tahun 2024 Indonesia akan memiliki 24,35 juta balita stunting, dengan prediksi ada penambahan kasus 4,85 juta di tahun 2022, 4,9 juta di tahun 2023 dan 5 juta di tahun 2024. Sementara pemerintah melalui Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 menargetkan di tahun 2024 maksimal hanya ada 14% kasus stunting atau hanya 3,409 juta balita stunting (Kulonprogo, 2022).

Penatalaksanaan penanganan *stunting* dilakukan melalui intervensi spesifik dan intervensi sensitif pada sasaran 1.000 hari pertama kehidupan seorang anak sampai berusia 6 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Intervensi gizi spesifik untuk mengatasi penyebab langsung dan intervensi gizi sensitif untuk mengatasi penyebab tidak langsung (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018).

Intervensi gizi spesifik merupakan intervensi yang ditujukan kepada anak dalam 1.000 HPK dan berkontribusi pada 30% penurunan *stunting* (Kementerian Kesehatan RI, 2017). . Intervensi gizi sensitif dilakukan melalui berbagai kegiatan pembangunan di luar sektor kesehatan dan berkontribusi pada 70% intervensi *stunting*. Sasaran dari intervensi gizi spesifik adalah masyarakat umum dan tidak khusus ibu hamil dan balita

1.000 HPK (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Intervensi gizi sensitif terdiri dari : menyediakan dan memastikan akses pada air bersih, menyediakan dan memastikan akses pada sanitasi, melakukan fortifikasi bahan pangan, menyediakan akses kepada layanan kesehatan dan keluarga berencana, menyediakan jaminan kesehatan nasional, menyediakan jaminan persalinan universal, memberikan pendidikan pengasuhan pada orang tua, memberikan pendidikan anak usia dini universal, memberikan pendidikan gizi masyarakat, memberikan edukasi kesehatan seksual dan reproduksi serta gizi pada remaja, menyediakan bantuan dan jaminan sosial bagi keluarga miskin, dan meningkatkan ketahanan pangan dan gizi (Kementerian Kesehatan RI, 2017) (Peraturan Presiden Republik Indonesia, 2021).

Berdasarkan uraian diatas, maka kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada intervensi gizi sensitif yakni memberikan pendidikan pengasuhan pada orang tua melalui pemberdayaan kader mengenai edukasi stunting dan pencegahannya serta pemanfaatan sampah agar bisa digunakan menjadi media edukasi anak di rumah.

B. Solusi yang ditawarkan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan metode pendekatan partisipatif, artinya para kader akan secara aktif dilibatkan dalam setiap tahapan/sesi kegiatan pendampingan diantaranya penyuluhan edukasi kesehatan keluarga melalui deteksi dini, pencegahan, dan penanganan stunting hingga demonstrasi membuat media edukasi anak dari pemanfaatan sampah.

C. Target Luaran

Hasil yang diharapkan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah

1. Meningkatnya pengetahuan para kader tentang kesehatan keluarga yang berfokus pada deteksi dini, pencegahan dan penanganan stunting.

2. Meningkatkan kemampuan para kader dalam membuat media edukasi anak dengan memanfaatkan sampah yang ada di lingkungan sekitar.

II. METODE PENGABDIAN

A. Khalayak Sasaran

Sasaran utama kegiatan ini adalah para kader di Desa Jekulo berjumlah 30 orang.

B. Metode Kegiatan

Kegiatan pengabdian ini dimulai dengan pendataan kader yang akan dilakukan pendampingan. Dalam pengambilan data kader dilakukan atas persetujuan *Kepada Desa dan Bidan Desa Jekulo* pada bulan November 2022. Dari pengkajian data yang dilakukan, kemudian dianalisis situasi, dan diberikan kegiatan pendampingan, serta menganalisis hasil, pembahasan, dan kesimpulan.

Data kader yang dijadikan peserta dalam kegiatan pendampingan ini adalah data kader yang berasal dari 9 posyandu di Wilayah Desa Jekulo, lalu dilakukan pendampingan dalam bentuk penyuluhan dan demonstrasi.

Bentuk kegiatan pendampingan yang dilakukan adalah pemberian penyuluhan mengenai kesehatan keluarga melalui deteksi dini, pencegahan, dan penanganan stunting, serta penyuluhan kesehatan lingkungan hingga demonstrasi membuat media edukasi anak dari pemanfaatan sampah.

C. Realisasi Pemecahan Masalah

Penyelesaian masalah ini adalah memberikan pengalaman positif bagi kader sehingga terjadi peningkatan pengetahuan mengenai kesehatan keluarga melalui deteksi dini, pencegahan, dan penanganan stunting hingga demonstrasi membuat media edukasi anak dari pemanfaatan sampah.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan November 2022 di Balai Desa Jekulo, dihadiri oleh 30 orang diantaranya kader dan bidan Desa Jekulo.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dua tahap yaitu tahap observasi lokasi mitra dan tahap pendampingan.

Pertama, tahap observasi mitra yang telah dilakukan adalah dengan melihat lokasi tempat pengabdian yang berjarak tempuh 13,2 KM dari kampus Universitas Muhammadiyah Kudus. pada tahap ini, dilakukan koordinasi dan sosialisasi kepada Kepala Desa Jekulo dan pejabat yang terlibat.

Kedua, tahap pendampingan kader melalui penyuluhan edukasi kesehatan keluarga mengenai deteksi dini, pencegahan, dan penanganan stunting hingga demonstrasi membuat media edukasi anak dari pemanfaatan sampah. Penyuluhan ini membahas pengertian, penyebab, prevalensi angka kejadian, dampak yang ditimbulkan dan pencegahan serta penanganan stunting. materi yang disampaikan dilengkapi dengan gambar-gambar nyata anak stunting dan peragaan mengukur berat badan anak dan mendeteksi pertumbuhannya. Para peserta tampak antusias dengan mengajukan pertanyaan dari setiap materi yang disampaikan. Dari hasil observasi, para kader paham dan mengerti dengan penjelasan yang disampaikan, melalui pertanyaan post test yang kami ajukan, mereka mampu menjawab dengan benar.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu lama serta terjadinya infeksi berulang (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018). Anak tergolong *stunting* apabila panjang atau tinggi badan menurut umurnya lebih rendah dari standar nasional yang berlaku yaitu tinggi badan di bawah 2 SD median Standar Tumbuh Kembang Anak

WHO untuk anak-anak dengan usia dan jenis kelamin yang sama (Kementerian PPN/Bappenas, 2018); (Phu et al., 2019); (Syihab & Kumalasari, 2020).

Penelitian terkait Edukasi secara terus menerus memberikan efek yang positif terhadap upaya penurunan angka kejadian stunting (Permatasari *et al*, 2020).

Edukasi yang dilakukan dapat meningkatkan tingkat pengetahuan masyarakat. Peningkatan pengetahuan dipengaruhi oleh usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, minat, pengalaman, dan sumber informasi. Peserta mendapatkan peningkatan pengetahuan karena minat yang tinggi terhadap informasi yang diberikan, dan sumber informasi berupa penjelasan menggunakan media yang menarik (Aridiyah *et al*, 2015).

Beberapa penelitian menjelaskan pengaruh dari pengetahuan terhadap stunting antara lain disebutkan terdapat pengaruh gambaran pengetahuan pencegahan stunting pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan intervensi penyuluhan (Arsiyati, 2019) dan terdapat perbedaan pengetahuan tentang kriteria stunting sebelum dan sesudah diberi penyuluhan (Wulandari *et al*, 2020).

Terdapat berbagai metode untuk melakukan edukasi baik yang disampaikan oleh kader ataupun *peer group*. Disebutkan bahwa terdapat peningkatan signifikan pengetahuan, sikap, dan perilaku di masyarakat melalui metode *peer group*. Edukasi merupakan upaya strategis untuk mencegah dan mengatasi stunting. Permasalahan stunting harus segera teratasi, karena akan membawa dampak buruk bagi pembangunan Indonesia di masa sekarang dan akan datang. Stunting merupakan indikator kegagalan pertumbuhan dan dapat mengakibatkan gangguan fungsional, terhambatnya perkembangan fisik dan kognitif, terhambatnya perkembangan sosioemosional balita, dan meningkatkan resiko penyakit degenerative (Permatasari *et al*, 2020).



Gambar 2. Sesi diskusi penyuluhan

Selain penyuluhan itu, kegiatan lain yang dilakukan adalah demonstrasi pengelolaan sampah menjadi media edukasi anak dengan membuat permainan puzzle. Pada kegiatan ini, para kader berpartisipasi aktif membuat puzzle dengan alat dan bahan yang telah disediakan, diantaranya kardus, gunting, lem, penggaris, pensil, cutter, kalender bekas, dan beberapa lembar gambar kartun seukuran kertas A4. Dalam demonstrasi tersebut dipergunakan cara membuat puzzle dan latihan menyusun puzzle.



Gambar 3. Sesi peragaan membuat puzzle

Permainan puzzle ini dengan cara menyusun gambar, dapat melatih kognitif anak untuk mengingat sesuatu karena media ini terdiri dari berbagai pola dan bentuk yang dapat menarik perhatian anak. Cara penggunaan permainan ini yaitu dengan cara menyusun kepingan puzzle dalam satu pola sesuai dengan urutan gambar (Rumakhit, 2017).

Menurut Yudha dalam Rumakhit (2017) menyatakan bahwa puzzle adalah suatu gambar yang dibagi menjadi potongan-potongan gambar yang bertujuan untuk mengasah daya pikir, melatih kesabaran, dan membiasakan kemampuan berbagi (Rumakhit, 2017). Selain itu, media puzzle juga dapat disebut permainan edukasi karena tidak hanya

untuk bermain tetapi juga mengasah otak dan melatih antara kecepatan pikiran dan tantangan. Dengan media puzzle, anak dapat belajar secara nyaman melalui permainan untuk menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan materi pelajaran (Rumakhit, 2017).

B. Pendukung dan Penghambat Kegiatan

Keberhasilan kegiatan ini adanya dukungan dan kerjasama yang baik dari Kepala Desa Jekulo, pejabat desa yang terlibat, bidan, kader dan sarana prasarana yang disediakan seperti tempat penyuluhan dan media penyuluhan. Kekurangan dalam kegiatan ini adalah materi yang disampaikan dalam pengelolaan sampah masih sebatas pemanfaatan sampah menjadi media edukasi dalam bentuk puzzle yang dapat digunakan oleh anak dirumah, banyak hal yang dapat dikaji lebih lanjut mengenai pemasaran puzzle yang bisa layak jual sehingga menambah ekonomi keluarga.

IV. PENUTUP

Simpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan edukasi kesehatan keluarga melalui deteksi dini, pencegahan, dan penanganan stunting hingga demonstrasi membuat media edukasi anak dari pemanfaatan sampah berjalan dengan baik.

Pada akhir kegiatan, respon positif dirasakan para kader. Para kader merasa senang karena mendapatkan pengetahuan yang baru seputar stunting dan pemanfaatan sampah guna mendukung turunnya angka kejadian stunting dan meningkatkan kesehatan lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, S. (2022, April). Kenali 12 Indikator Keluarga Sehat Menurut Kemenkes RI. *Alodokter*.
<https://www.alodokter.com/kenali-12-indikator-keluarga-sehat-menurut-kemenkes-ri>
- Haryani, S. A. A. P. S. K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(1), 30.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 83 Tahun 2017 Tentang Kebijakan Strategis Pangan dan Gizi. 1*, 16.
- Kementerian PPN/ Bappenas. (2018). Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi di Kabupaten/Kota. *Rencana Aksi Nasional dalam Rangka Penurunan Stunting: Rembuk Stunting, November*, 1–51.
- Kompas. (2014). Mencapai kesehatan keluarga yang optimal. *Kompas*.
<https://health.kompas.com/read/2014/05/07/1036474/Mencapai.Kesehatan.Keluarga.yang.Optimal>
- Kulonprogo, D. P. M. K. (2022). *Peran Keluarga Cegah Stunting*.
<https://pemberdayaan.kulonprogokab.go.id/detil/1551/peran-keluarga-cegah-stunting>
- Novita Agustina. (2022). *Apa itu stunting*. Kemenkes RI.
https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1516/apa-itu-stunting
- Peraturan Presiden Republik Indonesia. (2021). *Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting. 1*, 23.
- Phu, Hine-W.-W., Wittayasoporn, J., & Kongsaktrakul, C. (2019). Influence of child feeding practices and selected basic conditioning factors on stunting in children between 6 and 24 months of age in Myanmar. *Makara Journal of Health Research*, 23(2).
<https://doi.org/10.7454/msk.v23i2.10397>
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2018). Study Guide - Stunting dan Upaya Pencegahannya. In *Buku stunting dan upaya pencegahannya*.
- RI, H. L. (2021). Angka Stunting Turun di Tahun 2021. *Humas Litbangkes*.
<https://www.litbang.kemkes.go.id>

Rumakhit, N. (2017). Pengembangan Media Puzzle untuk Pembelajaran Materi Mengidentifikasi Beberapa Jenis Simbiosis dan Rantai Makanan Kelas IV Sekolah Dasar Tahun 2016/2017. *Jurnal Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 1(02), 1–10.

States, M. (2012). *Stunting Policy Brief*. 9.

Syihab, S., & Kumalasari, I. (2020). Nutrition Education for Preventing Stunting in Elementary Schools: A Systematic Review. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 4(1), 5–10.
<https://doi.org/10.17509/tegar.v4i1.2863>
9