

Pengabdian Masyarakat untuk Meningkatkan Kesadaran Gizi dan Mengurangi Angka Stunting pada Anak SD Inpres Naibonat

¹⁾Yustinus Oswin Primajuni Wuhan, ²⁾Yohanes TRMR Simarmata*, ³⁾Fransiska Aping Dangur, ⁴⁾Nur Layla Astika Putri

^{1,2)} Departemen Klinik, Reproduksi, Patologi, dan Nutrisi Program Studi Kedokteran Hewan, Universitas Nusa Cendana, Kupang, Indonesia

^{3,4)} Program Studi Kedokteran Hewan, Universitas Nusa Cendana, Kupang, Indonesia
Email Corresponding: drh.joe.saragih@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Stunting Sosialisasi Siswa Telur omega Pemenuhan gizi	Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak berusia dibawah lima tahun (balita) karena kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama di periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin sampai anak berusia dua puluh tiga bulan. Prevalensi stunting di Nusa Tenggara Timur (NTT) sebesar 43,6 persen yang menunjukkan bahwa NTT merupakan provinsi dengan prevalensi stunting tertinggi di Indonesia. Faktor yang menjadi dasar terjadinya stunting adalah pendidikan dan pengetahuan serta faktor sosio ekonomi yang menyebabkan kurangnya pemberian makanan bergizi pada anak. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan menjadi salah satu upaya yang dilakukan untuk menurunkan angka kejadian stunting. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah sosialisasi dan pembagian telur omega 3. Hasil yang diharapkan dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan siswa-siswi Sekolah Dasar Inpres Naibonat tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang yang dapat mencegah terjadinya stunting. Kesimpulan yang diperoleh adalah peningkatan pengetahuan tentang stunting dan keterampilan pemenuhan gizi seimbang untuk mencegah stunting.
Keywords: Stunting Socialization Student Omega egg Nutrition fulfillment	ABSTRACT Stunting is a condition of failure to thrive in children under the age of five due to chronic malnutrition and recurrent infections, especially in the First 1,000 Days of Life (HPK) period, which is from the fetus until the child is twenty-three months old. The prevalence of stunting in East Nusa Tenggara (NTT) is 43.6 percent, indicating that NTT is the province with the highest prevalence of stunting in Indonesia. The factors that underlie stunting are education and knowledge as well as socioeconomic factors that lead to a lack of nutritious feeding for children. Therefore, increasing knowledge is one of the efforts made to reduce the incidence of stunting. The method used in this service activity is socialization and distribution of omega eggs. The expected result of this activity is an increase in knowledge of Inpres Naibonat Elementary School students after socialization about the importance of fulfilling balanced nutrition that can prevent stunting. The conclusion obtained is an increase in knowledge about stunting and skills in fulfilling balanced nutrition to prevent stunting. This is an open access article under the CC-BY-SA license.



I. PENDAHULUAN

Stunting atau biasa disebut kerdil atau pendek merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak berusia dibawah 5 tahun (balita) karena kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama di periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin sampai anak berusia 23 bulan. Anak yang dikategorikan stunting, yaitu apabila panjang atau tinggi badannya berada di bawah minus dua standar deviasi panjang badan atau tinggi badan anak seumurnya. Kondisi stunting pada anak mencerminkan gagalnya pertumbuhan pada anak balita, sehingga menyebabkan anak terlalu pendek untuk usianya (Aditianti *et al.*, 2020)

Gambaran riwayat gizi yang terjadi dalam jangka waktu lama, seperti kemiskinan dan pola asuh atau pemberian makanan yang kurang baik sejak dilahirkan dapat menyebabkan terganggunya pertumbuhan sehingga anak menjadi pendek (WHO, 2017). Salah satu upaya untuk mendeteksi gangguan pertumbuhan pada anak adalah dengan melakukan pengukuran pertumbuhan anak. Pengukuran pertumbuhan penting dilakukan pada anak-anak yang bertujuan untuk menciptakan upaya intervensi dengan segera ketika terjadi gangguan pertumbuhan (Supriasa *et al.*, 2002).

Berdasarkan data UNICEF, 80% balita stunting tersebar pada 14 negara di dunia dan Indonesia menduduki peringkat ke-5 negara dengan jumlah stunting terbesar. Angka kejadian stunting di Indonesia adalah 24,4% pada tahun 2021 dan mengalami penurunan menjadi 21,6% pada tahun 2022. Angka tersebut menunjukkan bahwa pemerintah telah berupaya kuat untuk melakukan program perbaikan gizi pada anak. Meskipun demikian angka penurunan tersebut masih cukup jauh dari standar *World Health Organization* (WHO). (Tarmizi, 2023)

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Nusa Tenggara Timur (NTT) adalah 43,6%. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa NTT mempunyai angka stunting tertinggi di Indonesia (Suratri *et al.*, 2023).

Faktor-faktor yang dapat menjadi penyebab terjadinya stunting adalah pemberian makanan pendamping ASI yang tidak tepat, paparan virus, kebiasaan menyusui yang buruk, dan gizi ibu yang tidak memadai. Selain itu, beberapa faktor penentu seperti kualitas air dan sanitasi yang buruk (layanan dan infrastruktur), layanan kesehatan, sistem pangan, dan pendidikan juga mempengaruhi prevalensi stunting (Suratri *et al.*, 2023).

Ada berbagai program pemerintah untuk menurunkan angka stunting. Program-program tersebut berupa pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di kelas 7 dan kelas 10, pemberian tablet tambah darah dan pemenuhan gizi pada ibu, pemberian imunisasi, ASI eksklusif dan pemberian protein hewani pada anak usia 0-24 bulan. Selain program-program tersebut, program pendidikan, edukasi dan promosi juga menjadi salah satu program untuk menurunkan angka stunting pada anak (Wulandari, 2023)

Berbagai program telah dijalankan akan tetapi hasilnya belum maksimal. Hal tersebut menunjukkan bahwa stunting merupakan salah satu masalah serius yang perlu ditangani secara bersama-sama baik oleh pemerintah maupun masyarakat agar dapat terselesaikan. Berdasarkan hal tersebut, perlu dilakukan sosialisasi tentang stunting kepada anak-anak yang masih berada di bangku Sekolah Dasar. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan sosialisasi tentang stunting pada anak usia sekolah di SD Inpres Naibonat sehingga anak-anak tersebut dapat memahami betapa pentingnya gizi yang seimbang untuk mencegah terjadinya stunting.

II. MASALAH

Sekolah Dasar Inpres Naibonat merupakan salah satu sekolah dasar yang terletak di Kabupaten Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Provinsi NTT merupakan salah satu provinsi yang memiliki tingkat prevalensi stunting yang tinggi. Stunting dapat terjadi karena kekurangan gizi yang berakibat pada pertumbuhan tinggi dan berat badan anak. Stunting juga dapat menyebabkan efek jangka panjang seperti, terlambatnya perkembangan otak yang juga berdampak pada kualitas SDM di Indonesia khususnya di daerah NTT. Faktor yang menjadi dasar terjadinya stunting adalah pendidikan dan pengetahuan serta faktor sosio ekonomi yang menyebabkan kurangnya pemberian makanan bergizi pada anak.

III. METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 9 Desember 2023 di SD Inpres Naibonat, Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Adapun sasaran dari kegiatan ini adalah anak-anak SD Inpres Naibonat berusia 9-11 tahun yang berjumlah 64 anak. Tim pelaksana kegiatan ini adalah dosen dan mahasiswa semester 7 Program Studi Kedokteran Hewan, Fakultas Kedokteran dan Kedokteran Hewan, Universitas Nusa Cendana, Kupang.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode sosialisasi mengenai pemahaman stunting kepada anak-anak SD Inpres Naibonat. Selanjutnya anak-anak diberikan telur ayam omega sebagai bentuk dukungan terhadap pemenuhan gizi.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui sosialisasi ini diimplementasikan melalui beberapa tahap kegiatan, yaitu:

1. Tahap Persiapan Kegiatan

Tahap pertama adalah persiapan kegiatan. Tahap ini dilakukan dengan melakukan survei ke lokasi pengabdian yang bertempat di Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Kupang. Survey dilakukan dengan bertemu langsung pihak sekolah SD Inpres Naibonat untuk berkoordinasi terkait hari, tanggal, serta kesediaan pihak sekolah SD Inpres Naibonat sebagai tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian.

2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan Sosialisasi



Gambar 1. Sosialisasi Stunting Pada Siswa SD Inpres Naibonat

Tahap kedua adalah pelaksanaan kegiatan sosialisasi. Pada tahap ini, mahasiswa dan dosen mendatangi SD Inpres Naibonat untuk melakukan sosialisasi mengenai pencegahan stunting. Materi yang disampaikan saat sosialisasi antara lain, pengertian stunting, penyebab stunting, ciri-ciri anak yang terkena stunting, pencegahan, perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemilihan nutrisi dan gizi pada anak.

3. Tahap Pembagian Telur Omega 3



Gambar 2. Pembagian Telur Omega 3

Tahap ketiga adalah pembagian telur omega 3 kepada siswa SD Inpres Naibonat. Upaya mencegah stunting dengan mengonsumsi makanan yang dapat memenuhi gizi serta nutrisi seimbang, protein dapat diperoleh dari berbagai macam makanan salah satunya adalah telur omega tiga. Pembagian telur omega tiga dapat membantu dalam memenuhi gizi serta nutrisi yang seimbang.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi ini mendapat respon baik dari pihak sekolah yang dapat dilihat dari banyaknya peserta yang antusias mengikuti kegiatan sosialisasi dari awal sampai akhir. Hal ini dapat dibuktikan dengan keaktifan peserta untuk berdiskusi mengenai materi yang dibawakan. Selama waktu pemaparan materi juga diselingi dengan *ice breaking* dan *games* yang dibawakan oleh panitia sehingga peserta tidak bosan dan dapat fokus mendengarkan materi yang disampaikan.

Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan beberapa cara yang melibatkan pemerintah dan masyarakat. Adapun upaya yang dilakukan pemerintah dalam pencegahan stunting adalah melalui strategi nasional pencegahan stunting dan komunikasi perubahan perilaku, konvergensi program pusat, daerah dan desa, ketahanan pangan dan gizi, pemantauan dan evaluasi. Upaya tersebut merupakan tanggung jawab bersama dan membutuhkan kerjasama berbagai pihak. Beberapa hal yang dapat menjadi penghalang dalam pencegahan stunting adalah kekurangan dan keterlambatan informasi yang disampaikan ke masyarakat suatu daerah, informasi yang tidak tepat sasaran, serta kondisi demografis daerah yang berbeda (Wati *et al.*, 2020).

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan status gizi yang optimal adalah dengan melakukan edukasi tentang gizi. Dalam edukasi ini juga meningkatkan pengetahuan akan perilaku makan sehingga status gizi optimal dapat tercapai. Pendekatan edukatif melalui edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap pentingnya gizi. Sikap dan perilaku konsumsi makan dapat dipengaruhi oleh tingginya pengetahuan gizi (Nasir *et al.*, 2021).

Berbagai metode dapat digunakan untuk melakukan edukasi. Salah satunya adalah dengan memanfaatkan media informasi sehingga proses edukasi dapat berjalan dengan mudah dan lebih memperjelas audiens dalam menerima serta memahami materi yang disampaikan. Media informasi juga dapat digunakan untuk membantu edukator dalam menyampaikan materi. Dalam upaya pencegahan stunting, petugas kesehatan juga memberikan edukasi mengenai 4 pilar gizi seimbang yaitu, mengkonsumsi makanan beraneka ragam, pentingnya pola hidup aktif dan berolahraga, menerapkan pola hidup bersih dan sehat, serta menjaga berat badan ideal.

Telur merupakan salah satu sumber pangan berupa protein hewani yang memiliki harga murah dan mudah diperoleh masyarakat sehingga sering dikonsumsi sebagai lauk pauk oleh banyak orang. Terdapat produk inovasi dari telur yang dihasilkan dari ayam yang diberikan pakan khusus. Produk tersebut merupakan telur omega 3. Pakan khusus yang diberikan pada ayam petelur meningkatkan kandungan omega 3 pada telur ayam. Peningkatan ini bertujuan untuk meningkatkan nilai gizi (Lestari *et al.*, 2021).

Penelitian menunjukkan bahwa terjadi pertumbuhan yang signifikan sebagai akibat atau efek konsumsi telur pada wanita dan anak-anak. Dibandingkan dengan semua sumber protein hewani, telur merupakan protein hewani yang memiliki dampak lingkungan terendah serta dapat mendukung perkembangan fisik, kognitif, dan mengurangi malnutrisi pada anak-anak (Ekawati, 2022).

Telur omega 3 merupakan telur fungsional karena dibuat dengan melakukan modifikasi pakan sehingga telur yang dihasilkan memiliki kandungan nutrisi tertentu yang lebih tinggi sesuai dengan jumlah yang dibutuhkan tubuh. Telur memiliki kandungan nutrisi yang terdiri dari beragama asam amino esensial seperti, histidin, metionin, fenilalanin dan triptofan. Selain itu, juga banyak mengandung asam lemak diantaranya omega 3 yang lebih tinggi, omega 6, dan omega 9 sehingga kebutuhan akan asam amino dan asam lemak dapat terpenuhi pada penderita stunting. Histamin yang dihasilkan pada telur omega 3 berfungsi dalam respon imun, pencernaan, menjaga kesehatan jantung dan hati serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan sistem saraf pusat. Selain berperan dalam beberapa fungsi tersebut, histamin juga berperan dalam proses produksi protein dalam tubuh. Protein ini yang akan bekerja untuk membangun berbagai jaringan yang penting bagi tubuh, seperti otak, otot, darah, dan organ-organ lainnya. Asam lemak berfungsi untuk menjaga kesehatan fungsi otak, jantung, mata, tulang sendi, menurunkan risiko kanker, dan meningkatkan fungsi kognitif serta pembentukan otak secara menyeluruh pada otak anak. Fungsi dari kandungan nutrisi yang ada pada telur fungsional dapat memenuhi kebutuhan penderita stunting (Fadlilah *et al.*, 2022; Lestari *et al.*, 2021).

V. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi tentang stunting dan pembagian telur omega 3 berjalan dengan lancar. Semua peserta antusias dalam mendengarkan materi yang disampaikan. Metode yang digunakan dalam sosialisasi ini adalah metode diskusi serta penggunaan media informasi seperti banner dan video. Metode tersebut membuat informasi yang disampaikan menjadi lebih efektif serta mudah dipahami oleh peserta yang merupakan siswa

sekolah dasar. Sosialisasi ini merupakan salah satu strategi penting agar pengetahuan tentang stunting, dampak dan bahayanya menjadi lebih dipahami oleh anak-anak usia dini. Pemberian edukasi melalui sosialisasi ini dapat berperan dalam mengurangi stunting pada anak sekolah dasar serta menjadi kegiatan rutin agar dapat menjadi salah satu solusi yang tepat untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dan mengurangi angka kejadian stunting pada anak di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditianti, Sudikno, Raswanti, I., Izwardy, D., & Irianto, S. E. (2020). Prevalensi dan Faktor Risiko Stunting pada Balita 24-59 bulan di Indonesia: Analisis Data Riset Kesehatan Dasar 2018. *Penelitian Gizi Dan Makanan*, 43(2), 51–64.
- Ekawati, D. R. (2022). Kepatuhan Konsumsi Telur Balita Stunting Di Desa Bontokassi Kabupaten Takalar. The Compliance Of Egg Consumption For Stunting Toddler In Bontokassi Village Takalar Regency. Universitas Hasanuddin.
- Fadlilah, A., Susanto, E., Muthoharoh, H., Susila, I., Rozi, M. F., Afiah, I. N., & Mahfudhoh, I. (2022). Sosialisasi Konsumsi Telur Fungsional Untuk Penderita Stunting Di Desa Deket Kulon Kabupaten Lamongan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 3(2.1 Desember), 980–985.
- Lestari, R. P., Haris, H., Fanani, M. Z., & Jumiono, A. (2021). Telur Omega-3: Proses Pembuatan, Pengamatan Kualitas, Foodborne Disease dan Manfaat Bagi Kesehatan. *Jurnal Ilmiah Pangan Halal*, 3(2 SE-Articles), 26–31. <https://doi.org/10.30997/jiph.v3i2.9707>
- Nasir, M., Amalia, R., & Zahra, F. (2021). Kelas Ibu Hamil Dalam Rangka Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Nusantara (JPPNu)*, 3(2), 40–45.
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2002). Penilaian status gizi. *Jakarta: Egc*, 5.
- Suratri, M. A. L., Putro, G., Rachmat, B., Nurhayati, Ristrini, Pracoyo, N. E., Yulianto, A., Suryatma, A., Samsudin, M., & Raharni. (2023). Risk Factors for Stunting among Children under Five Years in the Province of East Nusa Tenggara (NTT), Indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), 1640.
- Tarmizi, S. N. (2023). *Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%*. Kemenkes.
- Wati, N. B., Kania, I., Purnawan, R. A., & Mufti, I. (2020). Partisipasi Masyarakat dalam Pencegahan Stunting di Kabupaten Garut. *Dinamika: Jurnal Ilmiah Ilmu Administrasi Negara*, 7(2), 333–349.
- WHO. (2017). *Global nutrition Monitoring Framework Target 2025*.
- Wulandari, F. (2023). *Cegah Stunting, Kemenkes Fokuskan Pada 11 Program Intervensi*.