



Meningkatkan Kesadaran Tentang Stunting: Edukasi Kesehatan Bagi Masyarakat Nagari Garagahan

¹Echy Dania Putri, ²Iffa Mardelta, ³Ghazi Aqila Yanizar, ⁴Nesha Dwita Yohannes, ⁵Mariza Elvira

^{1,2,3,4,5}Universitas Negeri Padang

Email: daniaputriechy@gmail.com¹, iffamardelta14@gmail.com², ghazighazi6450@gmail.com³,
neshayohannes2@gmail.com⁴, mariza_elvira@yahoo.com⁵

Diterima: 20-07-2024; Direvisi: 28-08-2024; Dipublikasikan: 28-08-2024

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang berdampak signifikan terhadap tumbuh kembang anak, terutama pada usia di bawah lima tahun. Di Indonesia, prevalensi stunting masih menjadi tantangan serius, termasuk di Nagari Garagahan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat Nagari Garagahan tentang stunting melalui program edukasi kesehatan yang komprehensif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan partisipatif dengan melibatkan masyarakat setempat, tokoh masyarakat, dan petugas kesehatan dalam kegiatan penyuluhan, diskusi kelompok, serta pendampingan keluarga. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat terhadap faktor penyebab stunting, pentingnya asupan gizi yang seimbang, serta peran penting pola asuh dalam pencegahan stunting. Program edukasi ini juga berhasil memotivasi perubahan perilaku di kalangan ibu-ibu dan keluarga dalam menjaga kesehatan anak. Penelitian ini menyimpulkan bahwa edukasi kesehatan yang terstruktur dan melibatkan partisipasi aktif masyarakat dapat menjadi langkah efektif dalam menurunkan prevalensi stunting di Nagari Garagahan dan wilayah lainnya.

Kata Kunci: Stunting, Edukasi Kesehatan, Kesadaran Masyarakat

ABSTRACT

Stunting is one of the chronic nutritional problems that has a significant impact on children's growth and development, especially at the age of under five years. In Indonesia, the prevalence of stunting is still a serious challenge, including in Nagari Garagahan. This research aims to increase the awareness of the Nagari Garagahan community about stunting through a comprehensive health education program. The method used in this study is a participatory approach by involving local communities, community leaders, and health workers in counseling activities, group discussions, and family assistance. The results of the study showed an increase in public understanding of the factors that cause stunting, the importance of balanced nutritional intake, and the important role of parenting in stunting prevention. This educational program has also succeeded in motivating behavior change among mothers and families in maintaining children's health. This study concludes that structured health education involving active community participation can be an effective step in reducing the prevalence of stunting in Nagari Garagahan and other areas.

Keywords: Stunting, Health Education, Public Awareness

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license





1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, serta stimulasi psikososial yang tidak memadai. Stunting biasanya terjadi pada 1.000 hari pertama kehidupan, yang merupakan periode krusial dalam tumbuh kembang anak (N, n.d.; Rahmi & Rikayoni, n.d.). Anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya, dan kondisi ini berkaitan dengan penurunan fungsi kognitif, rendahnya produktivitas di masa dewasa, serta risiko penyakit kronis yang lebih tinggi. Oleh karena itu, stunting bukan hanya permasalahan kesehatan tetapi juga masalah sosial dan ekonomi yang memiliki dampak jangka panjang.

Di Indonesia, stunting masih menjadi tantangan besar meskipun berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah dan berbagai organisasi kesehatan. Berdasarkan data dari Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) 2018, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 30,8%, yang berarti sekitar 1 dari 3 anak Indonesia mengalami stunting. Di beberapa daerah, termasuk Nagari Garagahan, angka stunting bahkan lebih tinggi dari rata-rata nasional. Hal ini menuntut adanya intervensi yang lebih intensif dan efektif dalam menangani masalah ini, terutama melalui edukasi kesehatan yang menjangkau masyarakat langsung.

Nagari Garagahan merupakan salah satu wilayah di Indonesia yang memiliki angka stunting yang cukup tinggi. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap tingginya prevalensi stunting di Nagari Garagahan meliputi kurangnya akses terhadap makanan bergizi, rendahnya pengetahuan tentang pentingnya gizi pada masa kehamilan dan anak usia dini, serta pola asuh yang kurang optimal. Masyarakat di Nagari Garagahan umumnya masih mengandalkan pola makan tradisional yang kurang beragam dan minim nutrisi yang diperlukan untuk tumbuh kembang anak yang optimal.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan prevalensi stunting di Nagari Garagahan adalah dengan meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya asupan gizi yang seimbang serta perilaku hidup sehat. Edukasi kesehatan merupakan pendekatan yang sangat potensial untuk mengatasi permasalahan ini, karena dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat. Program edukasi kesehatan yang dirancang dengan baik dan melibatkan partisipasi aktif masyarakat dapat membawa perubahan yang signifikan dalam upaya pencegahan stunting.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana program edukasi kesehatan yang komprehensif dapat meningkatkan kesadaran masyarakat Nagari Garagahan tentang stunting. Program ini dirancang dengan menggunakan pendekatan partisipatif, yang melibatkan masyarakat setempat, tokoh masyarakat, serta petugas kesehatan dalam setiap tahap pelaksanaannya. Melalui kegiatan penyuluhan, diskusi kelompok, dan pendampingan keluarga, diharapkan terjadi peningkatan pemahaman dan perubahan perilaku dalam menjaga kesehatan anak dan mencegah stunting.

Selain itu, penelitian ini juga akan mengevaluasi efektivitas dari program edukasi kesehatan ini dalam menurunkan prevalensi stunting di Nagari Garagahan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam upaya penanggulangan stunting, tidak hanya di Nagari Garagahan, tetapi juga di wilayah lain yang menghadapi tantangan serupa. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berfokus pada peningkatan kesadaran, tetapi juga pada implementasi praktis yang dapat diadopsi oleh program-program kesehatan lainnya.

Jadi, pendekatan edukasi kesehatan yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat merupakan langkah penting dalam mengatasi masalah stunting. Penelitian ini akan memberikan wawasan tentang bagaimana strategi ini dapat diimplementasikan secara efektif di Nagari Garagahan dan memberikan model yang dapat diterapkan di daerah-daerah lain yang memiliki prevalensi stunting tinggi. Dengan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, diharapkan upaya pencegahan stunting dapat berjalan lebih efektif dan berkelanjutan.

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan partisipatif dengan metode penelitian tindakan (action research) untuk meningkatkan kesadaran masyarakat Nagari Garagahan tentang stunting. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk bekerja langsung dengan masyarakat setempat, tokoh masyarakat, dan petugas kesehatan dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi program edukasi kesehatan. Kegiatan penelitian dilaksanakan dalam beberapa tahap, yaitu identifikasi masalah, perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Setiap tahap dilakukan secara kolaboratif dengan melibatkan semua pihak terkait, sehingga program yang dirancang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi masyarakat setempat.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh keluarga yang memiliki anak usia di bawah lima tahun di Nagari Garagahan. Sampel diambil secara purposive, yaitu keluarga yang bersedia berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan edukasi kesehatan. Data dikumpulkan melalui berbagai metode, termasuk wawancara



mendalam dengan tokoh masyarakat dan petugas kesehatan, kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan sikap masyarakat sebelum dan sesudah intervensi, serta observasi langsung terhadap perubahan perilaku keluarga dalam praktik pemberian makan dan pola asuh anak. Selain itu, diadakan diskusi kelompok terarah (focus group discussion) untuk menggali lebih dalam persepsi dan pengalaman masyarakat mengenai stunting dan program edukasi yang dijalankan.

Data yang diperoleh dianalisis secara kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif dilakukan untuk mengidentifikasi tema-tema utama dari wawancara dan diskusi kelompok, yang kemudian digunakan untuk mengembangkan strategi intervensi yang lebih tepat. Sementara itu, data kuantitatif dari kuesioner dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inferensial untuk melihat perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat sebelum dan sesudah program edukasi. Hasil analisis ini digunakan untuk mengevaluasi efektivitas program dan memberikan rekomendasi untuk pengembangan program serupa di masa depan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program edukasi kesehatan yang dilaksanakan di Nagari Garagahan menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang stunting. Sebelum intervensi, hasil kuesioner menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat memiliki pengetahuan yang rendah tentang stunting, termasuk penyebab, dampak, dan cara pencegahannya. Dari 100 responden, hanya sekitar 25% yang memahami bahwa stunting bukan sekadar masalah tinggi badan anak, melainkan juga berhubungan dengan perkembangan otak dan potensi kesehatan jangka panjang. Setelah program edukasi dilaksanakan, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana 75% responden menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang stunting dan kaitannya dengan gizi serta pola asuh yang benar.

Selama pelaksanaan program, partisipasi aktif masyarakat menjadi salah satu faktor kunci keberhasilan. Keterlibatan tokoh masyarakat, seperti kepala desa dan pemuka agama, dalam menyampaikan materi edukasi terbukti efektif dalam menarik perhatian dan meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap program ini. Selain itu, penyuluhan yang dilakukan oleh petugas kesehatan dengan pendekatan yang sederhana dan mudah dipahami, seperti penggunaan media gambar dan simulasi, membantu masyarakat untuk lebih memahami informasi yang disampaikan.

Observasi terhadap perilaku masyarakat juga menunjukkan adanya perubahan yang positif. Sebelum program, sebagian besar keluarga tidak memperhatikan pentingnya variasi dalam pola makan anak, terutama dalam pemberian makanan yang kaya protein dan mikronutrien. Namun, setelah program edukasi, lebih banyak keluarga yang mulai memperhatikan asupan gizi anak mereka, termasuk pemberian makanan yang lebih bervariasi seperti ikan, telur, sayuran, dan buah-buahan. Perubahan ini terlihat dari peningkatan jumlah keluarga yang menerapkan pola makan yang seimbang, dari 30% sebelum intervensi menjadi 65% setelahnya.

Program ini juga memberikan dampak positif terhadap pola asuh dan perhatian ibu-ibu terhadap kesehatan anak mereka. Dalam diskusi kelompok, ibu-ibu mengakui bahwa mereka menjadi lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan selama kehamilan dan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama. Selain itu, mereka juga lebih aktif dalam memantau pertumbuhan anak dengan rutin mengunjungi posyandu untuk melakukan penimbangan dan pengukuran tinggi badan anak. Ini menunjukkan bahwa program edukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku yang konkret.

Namun, program ini juga menghadapi beberapa tantangan. Salah satu kendala utama adalah keberlanjutan program setelah intervensi awal. Meskipun masyarakat menunjukkan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku selama program, ada kekhawatiran bahwa perubahan ini mungkin tidak berkelanjutan tanpa dukungan yang terus-menerus. Hal ini tercermin dalam wawancara dengan beberapa peserta yang menyatakan bahwa mereka masih membutuhkan panduan dan motivasi untuk terus menerapkan pola hidup sehat secara konsisten.

Pembahasan dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif yang melibatkan masyarakat secara langsung merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang stunting. Keterlibatan aktif tokoh masyarakat dan petugas kesehatan yang berperan sebagai fasilitator dalam program edukasi terbukti mampu membangun kepercayaan dan memotivasi masyarakat untuk berubah. Selain itu, penggunaan metode edukasi yang interaktif dan sesuai dengan konteks budaya lokal membantu meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap materi yang disampaikan. Namun, untuk memastikan keberlanjutan perubahan yang dicapai, diperlukan adanya upaya lanjutan dari pihak terkait, seperti pemerintah daerah dan organisasi kesehatan, untuk terus mendukung dan memfasilitasi program-program serupa.



Pendampingan yang berkelanjutan dan monitoring terhadap implementasi pola hidup sehat di tingkat keluarga sangat penting untuk memastikan bahwa penurunan prevalensi stunting dapat terjadi secara berkelanjutan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif dan melibatkan berbagai elemen masyarakat dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang stunting, serta mendorong perubahan perilaku yang mendukung pencegahan stunting di Nagari Garagahan. Meskipun demikian, tantangan keberlanjutan program memerlukan perhatian lebih untuk memastikan bahwa manfaat yang diperoleh dapat terus dirasakan oleh masyarakat dalam jangka panjang.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan yang menggunakan pendekatan partisipatif mampu secara signifikan meningkatkan kesadaran masyarakat Nagari Garagahan tentang stunting. Keterlibatan aktif masyarakat, tokoh masyarakat, dan petugas kesehatan dalam program ini berhasil memperdalam pemahaman tentang faktor-faktor penyebab, dampak, dan cara pencegahan stunting, serta memotivasi perubahan perilaku yang lebih baik dalam hal pola asuh dan pemberian nutrisi kepada anak-anak. Temuan ini mengindikasikan bahwa edukasi kesehatan yang berbasis pada komunitas dapat menjadi strategi yang efektif dalam upaya mengurangi prevalensi stunting di daerah-daerah yang memiliki tingkat kejadian tinggi.

Akan tetapi, untuk memastikan hasil yang berkelanjutan, diperlukan dukungan dan pendampingan yang terus-menerus dari pihak pemerintah dan organisasi kesehatan setempat. Keberlanjutan program ini sangat bergantung pada komitmen semua pihak untuk terus memantau dan mendukung penerapan pola hidup sehat di kalangan keluarga. Dengan demikian, intervensi yang telah dilakukan tidak hanya memberikan dampak jangka pendek, tetapi juga berkontribusi terhadap penurunan prevalensi stunting dalam jangka panjang.

REFERENSI

- Anggraini, Y., & N, R. P. H. (n.d.). Faktor Yang Berhubungan Dengan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Bangis Kabupaten Pasaman Barat. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(2), 902–910.
- Ansori, M. (n.d.). Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Stunting Pada Kelompok Masyarakat Di Desa Kelampaian Kecamatan Pontang Kabupaten Serang. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 1(1), 1–4. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v1i1.7>
- Delima, F., & Riska, A. (n.d.). ANALISIS FAKTOR SOSIAL BUDAYA MEMPENGARUHI KEJADIAN STUNTING: STUDI LITERATUR REVIEW. *Jurnal Endurance*, 8(1), 79–85. <https://doi.org/10.22216/jen.v8i1.1835>
- Fauziah, A., Rachmi, R., Mahdalena, V., & Handayani, L. (n.d.). Penyuluhan Pencegahan Stunting pada Balita di Daerah Jakarta Selatan. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, 4(1), 22–26. <https://doi.org/10.36590/jagri.v4i1.522>
- Hasanah, R., Aryani, F., & Effendi, B. (n.d.). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.59025/js.v2i1.54>
- Herawati, A. T., Emawati, E., Priyadi, A., Sandi, S. I., Rokayah, C., & Cikal, A. (n.d.). Edukasi Pemenuhan Gizi Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Kelurahan Melong. *Lumbung Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(4), 664–669. <https://doi.org/10.36312/linov.v8i4.1462>
- Kristiyanti, R., Khuzaiyah, S., & Susiatmi, S. A. (n.d.). *Gambaran Pengetahuan tentang Stunting dan*.
- Kurniati, P. T. (n.d.). *Penyuluhan Tentang Pencegahan Stunting Melalui Pemenuhan Gizi pada*.
- M, S. I., A, T. D., & Z, S. H. (n.d.). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting Dengan Upaya Perbaikan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 20–29.
- Mastina, T. (n.d.). *Upaya Pemerintah Kabupaten Kampar dalam Penanganan Stunting Balita*.
- N, R. (n.d.). *Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi)*.
- Nasution, I. S., & Susilawati. (n.d.). *Analisis Faktor Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita usia 059*.



Nihwan. (n.d.). *Bimbingan Penyuluhan Terhadap Pemahaman Orang Tua Dalam Mencegah Stunting*.

Rahmi, D., & Rikayoni. (n.d.). *Cegah Stunting Dengan Edukasi Faktor-Faktor Risiko Kejadian*.

Rohmah, F. N., Putriana, D., & Safitri, T. A. (n.d.). Berdayakan Masyarakat Cegah Stunting dengan Mengolah Bahan Pangan Potensi Lokal. *Masyarakat Berdaya Dan Inovasi*, 3(2), 114–117. <https://doi.org/10.33292/mayadani.v3i2.97>

Safitri, Y., Lail, N. H., & Indrayani, T. (n.d.). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Dimasa Pandemi Covid-19 Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Kaler Tangerang. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(1), 70–83. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.107>