

Edukasi Anti Stunting dan Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat di TK ABA Sudiang Kota Makassar

Hilmi Hambali ^{1*}, Rahmatia Thahir ²

¹⁻² Universitas Muhammadiyah Makassar

* hilmihambali@unismuh.ac.id

Abstrak

Usia anak-anak merupakan fase yang baik dalam memperkenalkan kebiasaan-kebiasaan baik di sekolah maupun di rumah. Anak-anak cenderung menjadi peniru yang baik. Oleh karena itu, edukasi dan penanaman karakter harus dilakukan sedini mungkin. Kegiatan edukasi terkait pola hidup bersih dan sehat meliputi materi cara cuci tangan yang benar serta materi isi piringku diberikan kepada peserta didik di TK Aisyiah Bustanul Athfal Sudiang. Sedangkan bagi para orang tua, guru, dan komite sekolah mendapatkan materi tentang stunting, di mana ada beberapa orang tua peserta didik yang sedang hamil dan dominan para orang tua masih dalam usia produktif reproduksi. Stunting merupakan masalah gizi yang besar di Indonesia, angka stunting di Indonesia adalah 30,8 % di tahun 2018 menurun dari 37,2 % di tahun 2013 menurut data Riskesdas. Sehingga pemberian materi tentang gizi dan stunting sangat bermanfaat untuk mereka. Kegiatan edukasi ini diharapkan memberikan pengetahuan kepada mitra yaitu anak dan orang tua. Efek jangka panjang yang diharapkan adalah dengan peningkatan pengetahuan atau informasi maka akan menyebabkan perubahan pola pikir dan pola hidup sehat yang akan bertahan dalam kurung waktu yang lama. Sedangkan efek jangka pendek yang diharapkan yaitu mitra sekolah membentuk komunitas sadar gizi dan membuat kegiatan perbaikan menu harian anak yang bisa dilakukan rutin di sekolah.

Kata Kunci: *stunting, gizi, PHBS*

Pendahuluan

Stunting merupakan keadaan indeks tinggi badan menurut umur di bawah minus dua standar deviasi berdasarkan standar WHO. *Stunting* merupakan manifestasi jangka panjang faktor konsumsi diet berkualitas rendah, penyakit infeksi berulang, dan lingkungan (Fitriani et al., 2022). Melalui Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Litbangkes) menunjukkan angka yang cukup menggembirakan terkait masalah *stunting*. Angka stunting atau anak tumbuh pendek turun dari 37,2 persen menjadi 30,8 persen. Adapun data yang dibandingkan adalah sejak 2013 ke tahun 2018. Meskipun mengalami penurunan namun belum memenuhi standar kesehatan dari WHO yaitu tidak lebih dari 20 persen (Leksono et al., 2021).

Masalah kurang gizi dan *stunting* merupakan dua masalah yang saling berhubungan. *Stunting* pada anak merupakan dampak dari defisiensi nutrisi selama seribu hari pertama

kehidupan. Hal ini menimbulkan gangguan perkembangan fisik anak yang *irreversible*, sehingga menyebabkan penurunan kemampuan kognitif dan motorik serta penurunan performa kerja. Anak *stunting* memiliki rerata skor *Intelligence Quotient* (IQ) sebelas poin lebih rendah dibandingkan rerata skor IQ pada anak normal. Gangguan tumbuh kembang pada anak akibat kekurangan gizi bila tidak mendapatkan intervensi sejak dini akan berlanjut hingga dewasa (Beal et al., 2018).

Pada mitra sasaran yang merupakan kelompok anak usia dini perlu mendapatkan perhatian lebih terkait pengetahuan tentang pola hidup bersih dan sehat serta pengetahuan tentang gizi sehat dan seimbang pada anak. Para orang tua masih ada yang belum maksimal dalam asupan gizi harian anak ditambah mudahnya anak-anak dalam memperoleh jajanan yang dijual di sekitar sekolah atau sekitar rumah. Edukasi pola makan dalam lingkungan rumah belum maksimal pada anak dikarenakan pengetahuan orang tua juga masih minim. Sedangkan pada mitra aktivitas dalam hal ini Aisyiyah ranting Sudiang belum maksimal dalam membuat suatu kegiatan atau program pengabdian kepada masyarakat, umumnya program kerja yang rutin dilaksanakan hanyalah bidang dakwah berupa pengajian rutin. Sehingga lewat kegiatan PKM ini maka program kerja Aisyiyah di ranting Sudiang menjadi terlaksana. Salah satu cara yang bisa dimaksimalkan adalah memberikan edukasi atau penyuluhan kepada orang tua, guru maupun kepada anak akan pentingnya menerapkan PHBS (Pola Hidup Bersih dan Sehat) sebagai implementasi dari Gerakan Anti Stunting (Gasing).

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan meningkatkan pengetahuan orang tua tentang pengolahan makanan yang bergizi untuk keluarga, mengedukasi orang tua tentang pengetahuan gizi pada makanan, mengedukasi anak untuk mempraktekkan pola hidup bersih dan sehat sehari-hari. Manfaat kegiatan pengabdian kepada masyarakat diharapkan membentuk komunitas ibu ibu rumah tangga yang lebih memiliki pengetahuan tentang gizi keluarga untuk mencegah stunting dan perbaikan gizi pada anak, anak-anak pun memiliki pengetahuan terkait PHBS yang akan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Serta pihak sekolah bisa menjadikan program di sekolah terkait gizi seperti makan sehat atau program makan buah sebanyak satu kali sepekan.

Metode Pelaksanaan

Tahap Persiapan

Tahapan kegiatan ini dimulai dari observasi serta komunikasi dengan pihak mitra dalam hal ini sekolah TK Aisyiah Bustanul Athfal Sudiang Kota Makassar dan PCA Biringkanaya Makassar. Tahapan ini meliputi kelengkapan administrasi persuratan izin pelaksanaan kegiatan.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan terbagi ke dalam beberapa tahap, yang pertama pemberian materi tentang stunting dan pencegahannya diberikan kepada orang tua siswa dan guru di sekolah mitra. Materi kedua tentang cara mencuci tangan yang benar, materi ketiga isi piringku yang diberikan kepada peserta didik di sekolah mitra.

Tahap Pelaporan

Pada tahap ini kegiatan meliputi penyusunan laporan kemajuan dan laporan akhir hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Proses ini disertai dengan penyusunan artikel hingga penerbitan artikel pada jurnal.

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian kepada masyarakat ini berupa penyuluhan tentang gizi dan kesehatan pada anak dan orang tua. Kegiatan dimulai dengan pembukaan, pembacaan ayat suci Al Quran dan sambutan oleh pihak mitra yakni PCA Aisiyah Biringkanaya Makassar dan TK Aisiyah Bustanul Athfal Sudiang Kota Makassar. Kegiatan ini dihadiri oleh para orang tua dan peserta didik, guru-guru, pengurus PCA dan juga warga sekitar. Peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan.

Kegiatan penyuluhan terbagi ke dalam 3 tahapan. Yang pertama adalah pemberian materi tentang pencegahan stunting dan gizi pada anak. Materi ini khusus ditujukan untuk para orang tua, guru-guru, serta pengurus cabang dan ranting Aisiyah. Dimana sebagian besar dari orang tua peserta didik masih dalam rentang usia produktif atau aktif secara reproduksi, serta ada beberapa diantaranya yang sedang hamil. Sehingga materi terkait stunting dan gizi sangat penting bagi mereka.



Gambar 1. Kegiatan pembukaan



Gambar 2. Pembacaan Ayat suci Al Quran



Gambar 3. *Pemberian materi 1*



Gambar 4. *Pemberian materi 2*

Materi kedua diberikan kepada para peserta didik meliputi pengetahuan tentang cara mencuci tangan yang benar disertai demonstrasi mencuci tangan kepada peserta didik. Para peserta sangatlah antusias, setelah itu dilanjutkan dengan materi ketiga yaitu isi piringku. Materi isi piringku menjelaskan tentang komposisi makanan dan kandungan gizi yang sesuai proporsi untuk kebutuhan anak-anak (Rahmadhita, 2020).



Gambar 5. *Foto setelah demonstrasi cara mencuci tangan*

Edukasi terkait cuci tangan sangatlah diperlukan agar sejak dini peserta didik paham dan bisa mempraktekkannya langsung pada kehidupan sehari-hari baik di rumah maupun di sekolah (Zurhayati & Hidayah, 2022).



Gambar 6. *Pemberian materi isi piringku*

Antusias para peserta didik sangat dirasakan, mereka bersemangat dalam mengikuti dan mencontoh Gerakan cara mencuci tangan yang benar oleh pemateri. Bagi peserta didik yang berani mempraktekkan langsung akan diberikan hadiah. Hal ini menambah semangat mereka.

Selain itu, pada materi isi piringku, pemateri memperlihatkan peraga berupa piring yang disertai gambar dan takaran yang sesuai. Dimana disampaikan bahwa makanan harus seimbang gizinya antara jumlah karbohidrat, protein, lemak dan serat dari buah atau sayur. Komposisi makanan yang bergizi seimbang sangat dibutuhkan pada anak untuk memenuhi masa pertumbuhan dan perkembangan otak dan tubuhnya.

Dari kegiatan ini kami dapat mendapatkan informasi terkait pengetahuan guru, orang tua dan peserta didik tentang apa itu stunting dan gizi seimbang. Masih banyak orang tua yang belum mengetahui tentang sumber gizi. Dimana gizi berupa karbohidrat, protein, lemak dan mineral sangat dibutuhkan tubuh dalam porsi yang seimbang. Selain itu, meskipun ada Sebagian yang memiliki pengetahuan tentang sumber gizi, namun kebiasaan atau pola makan anak sudah terbentuk lama dan butuh komitmen untuk memperbaiki itu. Kebiasaan pola makan yang buruk seperti terlalu banyak makan karbohidrat dibanding protein akan menyebabkan gangguan pertumbuhan salah satunya stunting (Wulandari Leksono et al., 2021).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang kami lakukan sangat direspon baik oleh mitra. Pihak sekolah khususnya sangat berterima kasih telah diadakannya kegiatan tersebut di sekolah. Sebab selain kegiatan ini dibutuhkan oleh peserta didik dan orang tua, juga untuk sekolah sebagai bentuk kerjasama dengan pihak kampus maupun Yayasan yang bisa memberikan point pada saat kegiatan akreditasi sekolah.

Bagi Pimpinan Cabang Aisyiyah kegiatan ini menjadi bentuk kerjasama dalam melaksanakan program kerja. Aisyiyah memiliki komitmen kuat pada kemajuan dan kesehatan wanita dan anak. Komitmen tersebut bisa terlaksana dengan kegiatan

pengabdian yang melibatkan akademisi kampus. Kegiatan ini sangat diharapkan bisa rutin sehingga memberikan manfaat bagi masyarakat khususnya para kader Aisyiyah.

Kesimpulan

Berdasarkan tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema anti stunting dan gizi pada anak sangat bermanfaat bagi mitra. Dimana bagi peserta didik pengetahuan tentang kesehatan meliputi makanan dan perilaku hidup sehat akan mereka praktekkan dalam kehidupan sehari-hari hingga dewasa. Sehingga pembiasaan baik dan tepat sejak dini akan membuahkan karakter baik untuk peserta didik. Bagi orang tua pun pengetahuan tentang stunting dan gizi akan menjadi penting agar pencegahan kejadian stunting di Indonesia khususnya Makassar bisa berkurang.

Saran yang diberikan kepada mitra yaitu agar mitra dapat melakukan program makan sehat untuk peserta didik secara rutin serta membahas terkait materi gizi pada kegiatan parenting rutin yang dilaksanakan di sekolah.

Ucapan Terimakasih

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Majelis Diktilitbang PP Muhammadiyah sebagai pengelola Hibah RisetMu yang telah mendanai kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini, Juga kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat (LP3M) Universitas Muhammadiyah Makassar yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Terima kasih pula kami ucapkan kepada mitra kami yaitu Pimpinan Cabang Aisyiyah Sudiang dan TK ABA Sudiang atas partisipasi dan kesediannya menjadi mitra pada pengabdian ini.

Referensi

- Dahlan, S. (2011). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Salemba Medika. Jakarta
- Djaeni, A. (2012). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid 1*. Dian Rakyat. Jakarta
- Djaeni, A. (2010). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid 2*. Dian Rakyat. Jakarta.
- Julianti, R., Nasirun, M., & Wembrayarli, W. (2018). Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 76-82.
- Khosiah, K., & Muhardini, S. (2019). Pengembangan Sumberdaya Manusia (PSDM) unsur perangkat desa dan kader pembangunan manusia se-Kecamatan Aikmel.Kabupaten Lombok (Stunting dan konvergensi pencegahan stunting). *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 4(5).
- Mardalena, I. (2017). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan*. Pustaka Baru Press. Yogyakarta.
- Mitra, M. (2015). Permasalahan Anak Pendek (Stunting) dan Intervensi untuk Mencegah Terjadinya Stunting (Suatu Kajian Kepustakaan). *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(6), 254-261.
- Nide, E. M. P., & Yusran, R. (2023). Eksplorasi Faktor Yang Mempengaruhi Program Gerakan Mentawai Anti Stunting Gizi Buruk Peduli Anak (Masgiburdua) Di Kabupaten Kepulauan Mentawai. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 7(2).

- Pratama, I. S., Aini, S. R., & Maharani, B. F. (2019). Implementasi gasing (gerakan anti stunting) melalui phbs dan pemeriksaan cacing. *Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1).
- Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) di Indonesia. *Global Health Science*, 3(2), 139-151.
- Soekirman. (2020). *Ilmu Gizi dan Aplikasinya*. Dirjen Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta.
- Sumardilah, D. S., & Rahmadi, A. (2019). Risiko stunting anak baduta (7-24 bulan). *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 93-104.
- Tabi'in, A. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini sebagai upaya pencegahan COVID 19. *JEA (Jurnal Edukasi Aud)*, 6(1), 58-73.
- Zukmadini, A. Y., Karyadi, B., & Kasrina, K. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan COVID-19 Kepada Anak-Anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(1).