

EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING MELALUI SOSIALISASI PENTINGNYA NUTRISI IKAN DI DESA PERSIAPAN AWANG, LOMBOK TENGAH

Damai Diniariwisan^{1*}, Muhammad Junaidi¹, Septiana Dwiyantri¹,
Nanda Diniarti¹, Muhammad Sumsanto¹, Wastu Ayu Diamahesa¹,
Chandrika Eka Larasati², Laily Fitriani Mulyani¹

¹Program Studi Budidaya Perairan Fakultas Pertanian Universitas Mataram

²Program Studi Ilmu Kelautan Fakultas Pertanian Universitas Mataram

Jl. Pendidikan No. 37 Kota Mataram

Korespondensi: damaidiniari@unram.ac.id

Artikel history :	Received	: 20 Februari 2024	DOI : https://doi.org/10.29303/pepadu.v5i2.4401
	Revised	: 26 April 2024	
	Published	: 30 April 2024	

ABSTRAK

Stunting pada balita menjadi permasalahan gizi yang paling sering terjadi di Indonesia yaitu sekitar 30,8%. Stunting dicirikan dengan kondisi tinggi badan yang lebih pendek dibanding tinggi badan anak rata-rata pada usia yang sama. Tingginya kasus balita stunting telah menjadi perhatian Pemerintah, dimana berbagai usaha coba dilakukan untuk menekan angka stunting, salah satunya melalui sosialisasi. Berdasarkan hasil survey lokasi, Desa Persiapan Awang, di Kabupaten Lombok Tengah belum pernah mendapatkan sosialisasi stunting, sehingga masih banyak masyarakat yang belum tahu tentang stunting dan manfaat nutrisi ikan untuk dapat mencegah stunting itu sendiri. Metode dalam kegiatan ini yaitu dengan sosialisasi yang terdiri dari 2 tahap yaitu 1) persiapan yang meliputi persiapan materi serta penentuan waktu, dan 2) pelaksanaan yaitu berlangsungnya kegiatan sosialisasi. Kegiatan ini diikuti oleh total 29 peserta dari kalangan perempuan yang terdiri dari ibu rumah tangga dan remaja putri. Hasil yang didapatkan setelah kegiatan sosialisasi, peserta menjadi lebih memahami apa itu stunting dan bagaimana pencegahannya. Selain itu peserta juga mengetahui apa saja kandungan gizi ikan sehingga dapat menjadi solusi mencegah stunting. Peningkatan pengetahuan ibu dan juga kesadaran akan bahaya stunting dapat menjadi indikator awal menurunnya kasus stunting.

Kata Kunci: Stunting, Nutrisi Ikan, Sosialisasi, Pencegahan.

ABSTRACT

Stunting in children under five years old is the most common nutritional problem in Indonesia, namely around 30.8%. Stunting is characterized by a body height that is shorter than the average height of children in the same age. The high number cases of stunted toddlers has become a concern for the Government, where various efforts have been made to reduce the stunting rate, one of which is through socialization. Based on the results of location survey, Awang Preparation Village, in Central Lombok Regency has never received stunting socialization, so there are still many people who don't know about stunting and the benefits of fish nutrition to prevent stunting itself. The method for this activity is socialization which consists of 2 stages, namely 1) preparation which includes material preparation and timing, and 2) implementation, namely the ongoing socialization activity. This activity was attended by a total of 29 participants from among women consisting of housewives and teenagers. The results obtained after the socialization activities were that participants had a better understanding of what stunting is and how to prevent it. Apart from that, participants also know what the

nutritional content of fish is so that it can be a solution to prevent stunting. Increasing maternal knowledge and awareness of the dangers of stunting can be an early indicator of a decline in stunting cases.

Keywords: Stunting, Fish Nutrition, Socialization, Prevention.

PENDAHULUAN

Kasus stunting pada balita menjadi permasalahan gizi yang paling sering terjadi di Indonesia. Stunting sendiri bisa terjadi pada anak perempuan maupun laki-laki (Maharani & Rahman, 2022). Stunting dicirikan dengan kondisi tinggi badan yang lebih pendek dibanding tinggi badan anak rata-rata pada usia yang sama. Umumnya, balita dengan usia dibawah 2 tahun dengan kondisi stunting akan mempunyai taraf kecerdasan tidak maksimal, serta lebih rentan terkena penyakit. Menurut Sari *et al.* (2020), sebagai permasalahan gizi utama, stunting juga bisa berdampak pada kehidupan sosial ekonomi masyarakat, dimana terdapat bukti bahwa seorang anak yang mengalami stunting mempunyai tingkat kematian lebih tinggi dibanding dengan disebabkan peningkatan penyakit.

Angka kasus stunting di Indonesia yang dilihat dari temuan jumlah balita yang bertubuh pendek atau bahkan sangat pendek sekitar adalah 30,8%. Angka tersebut bisa dikatakan cukup tinggi dan perlu usaha yang serius untuk menanggulangi (Diamahesa *et al.*, 2023). Tingginya kasus balita stunting telah menjadi perhatian Pemerintah, dimana Pemerintah telah melakukan berbagai usaha untuk menekan angka stunting. Melalui peningkatan mutu dari berbagai aspek kesehatan telah menjadi tindak lanjut utama dalam pencegahan dan penanggulangan (Sahira & Assariah, 2023). Menurut Hutagaol *et al.* (2019), dampak buruk yang bisa dimunculkan oleh stunting dalam jangka pendek yaitu terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, pertumbuhan fisik dan metabolisme, sedangkan jangka panjang yaitu kemampuan kognitif dan prestasi belajar menurun, kekebalan tubuh menurun dan beresiko tinggi terserang diabetes, kegemukan, sakit jantung, kanker, dan stroke pada usia tua.

Banyak kegiatan yang telah dilakukan oleh peneliti maupun tim pengabdian untuk membantu program pemerintah terkait edukasi pencegahan stunting. Sesuai target WHO (*World Health Organization*) untuk menurunkan angka stunting yaitu dengan mengurangi 40% kejadian stunting pada anak usia dibawah 5 tahun. Di Indonesia sendiri, pembangunan kesehatan periode 2020-2024 fokus pada beberapa program prioritas seperti penurunan angka kematian ibu dan bayi, prevalensi balita pendek (stunting), serta pengendalian penyakit menular maupun tidak menular (Fitriami & Galaresa, 2022).

Salah satu lokasi di Pulau Lombok, yaitu Desa Persiapan Awang, Kecamatan Pujut, Kabupaten Lombok Tengah belum pernah mendapatkan sosialisasi kegiatan semacam ini. Desa Persiapan Awang merupakan pecahan dari Desa Mertak. Secara geografis, Desa Persiapan Awang termasuk dalam wilayah pesisir yang terdapat lokasi pendaratan ikan. Berbagai jenis ikan banyak tersedia di lokasi ini sesuai dengan musim hasil tangkap nelayan. Namun berdasarkan hasil survey, masih banyak masyarakat yang belum tahu tentang stunting, dan manfaat nutrisi ikan untuk dapat mencegah stunting itu sendiri. Untuk itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang pencegahan stunting melalui sosialisasi pentingnya nutrisi ikan bagi pertumbuhan. Melalui kegiatan ini, selain sebagai wujud dari kegiatan tridharma perguruan tinggi yang dilakukan oleh tim pengabdian, diharapkan pula masyarakat menjadi tahu dan lebih memahami tentang stunting dan pentingnya nutrisi ikan untuk pencegahannya.

METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang pencegahan stunting melalui sosialisasi pentingnya nutrisi ikan, diawali dengan survey lokasi. Lokasi ditentukan berdasarkan informasi

dari beberapa mahasiswa yang kebetulan melakukan kegiatan KKN (Kuliah Kerja Nyata) di wilayah tersebut. Selanjutnya dilakukan 2 tahap inti kegiatan yaitu:

- 1) Persiapan, yaitu dengan memastikan lokasi dan menghubungi pihak pengelola desa yang dibantu oleh karang taruna setempat untuk melakukan diskusi waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian dan juga target peserta yang akan dituju. Pada tahap ini, tim pengabdian juga mempersiapkan materi apa yang akan disampaikan pada masyarakat.
- 2) Pelaksanaan, yaitu pelaksanaan kegiatan sosialisasi sesuai waktu yang telah disepakati, dimana telah disepakati waktu pelaksanaan pengabdian yaitu 19 Januari 2024. Peserta yang hadir saat kegiatan yaitu ada ibu-ibu dan juga remaja putri

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi pencegahan stunting melalui sosialisasi pentingnya nutrisi ikan dimulai pada pukul 09.00 WITA. Kegiatan diawali dengan pengenalan anggota tim pengabdian yang terlibat dalam proses sosialisasi. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi tentang stunting. Adapun jumlah peserta yang turut hadir mengikuti sosialisasi ini, dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Daftar Peserta Pengabdian Gerakan Bersih Pantai Elak-elak

No	Kategori Peserta	Rentang usia (tahun)	Jumlah
1	Ibu Rumah Tangga	<20	2
		20-30	9
		30-40	11
		>40	5
2	Remaja Putri	12-17	2
Total			29



Gambar 1. Peserta kegiatan pengabdian yang telah hadir (Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2024)

Sosialisasi dilakukan untuk memberi informasi perihal stunting yang terdiri dari gambaran umum stunting, penyebab dan dampak stunting serta upaya pencegahannya. Total peserta yang hadir adalah dari kalangan perempuan (Gambar 1), dimana terdiri dari ibu rumah tangga yang sudah memiliki anak dan juga beberapa remaja putri. Materi tentang stunting disampaikan menggunakan slide powerpoint, yang diselingi dengan tanya jawab untuk memberikan kesempatan pada peserta yang ingin bertanya. Disampaikan pada peserta bahwa stunting termasuk masalah kurangnya gizi yang masih terjadi di wilayah Indonesia. Menurut Muchtar *et al.* (2023), Indonesia berada pada urutan tertinggi no. 3 di Benua Asia pada tahun 2017. Pada dasarnya stunting tidak terjadi secara tiba-tiba, namun dalam waktu yang cukup

panjang dimana ketika anak mengalami ketidakcukupan atau kekurangan gizi maka masalah stunting akan terjadi. Untuk itu peran dan kesadaran orang tua terutama ibu, menjadi hal yang sangat berpengaruh.

Sebagai pemegang peran utama dalam asupan makanan keluarga, tingkat pendidikan ibu dapat memberi pengaruh terhadap kesehatan dan kesejahteraan anak hingga berlanjut pada status gizi anak. Umumnya ibu dengan tingkat pendidikan tinggi akan lebih gampang menyerap dan memahami informasi dibanding dengan yang kurang berpendidikan atau bahkan tidak berpendidikan (Trisnawati, 2022).

Pemaparan materi beserta tanya jawab yang dilakukan cukup membuat peserta menyadari bahwa penting untuk melakukan berbagai upaya untuk mencegah stunting. Menurut Sukmawati *et al.* (2021), edukasi untuk pencegahan stunting mempunyai pengaruh terhadap peningkatan ilmu pengetahuan peserta. Stunting adalah keadaan kurangnya tinggi badan dibanding tinggi standar pada usia yang sama. Umumnya disebabkan asupan nutrisi yang rendah dalam waktu lama dan berdampak pada terganggunya produktifitas ketika dewasa karena anak yang mengalami stunting akan mengalami gangguan kekebalan, pertumbuhan fisik dan fungsi kognitif. Dampak lanjutan lainnya yaitu anak akan memiliki resiko lebih besar untuk tumbuh menjadi dewasa yang kurang berpendidikan, kurang sehat (rentan terkena penyakit), dan miskin.

Kegiatan diskusi terkait materi edukasi stunting, dilanjutkan dengan informasi pencegahan stunting melalui nutrisi ikan. Pemberian makan dengan memperhitungkan gizi seimbang pada anak terutama usia balita akan sangat berkontribusi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Humairoh, 2023). Wilayah Desa Persiapan Awang merupakan wilayah pesisir yang memiliki tempat pendaratan ikan, dimana ikan merupakan salah satu sumber protein yang harganya cukup terjangkau. Menurut Diamahesa *et al.* (2023), kandungan nutrisi utama ikan berupa protein dengan asam amino lebih seimbang, asam lemak omega 3, vitamin A dan D, mineral rendah kalori serta lemak jenuh. Pernyataan yang sama juga disampaikan oleh Nurapipah & Lestari (2023), bahwa salah satu sumber protein mutu tinggi berasal dari ikan, karena ikan adalah bahan makanan yang mengandung asam lemak omega-3, vitamin K, protein, lemak sehat dan juga mineral. Sebagaimana kita tahu, terdapat banyak jenis ikan laut hasil tangkapan nelayan yang bisa dikonsumsi seperti tongkol, tuna, kakap dll. Pentingnya pengetahuan tentang gizi perlu diberikan pada masyarakat. Sesuai dengan pendapat Permatasari *et al.* (2020) bahwa edukasi tentang gizi untuk upaya pencegahan stunting balita termasuk tujuan pembangunan kesehatan berkelanjutan sesuai instruksi WHO.



Gambar 2. Diskusi materi edukasi stunting dan nutrisi ikan (Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2024)

Pada sesi diskusi, beberapa pertanyaan yang disampaikan oleh peserta sosialisasi yaitu kapan sebaiknya perlu mengkonsumsi ikan dan bagaimana membuat anak-anak tertarik untuk mengkonsumsi ikan. Hal tersebut terjawab pada sesi diskusi oleh pemateri, bahwa waktu terbaik untuk konsumsi ikan dalam upaya pencegahan stunting yaitu saat remaja (untuk persiapan perkembangan rahim), hamil (untuk perkembangan janin) dan juga anak-anak. Pengetahuan ibu yang baik mengenai upaya mencegah stunting akan memiliki pengaruh pada perilaku dalam menyediakan makanan dengan ketepatan jumlah dan jenis (Heryani *et al.*, 2023).

Sedangkan untuk meningkatkan ketertarikan anak-anak dalam mengkonsumsi ikan, umumnya bisa diatasi menggunakan diversifikasi produk olahan ikan. Hal tersebut perlu didukung dengan tingkat pengetahuan ibu dalam hal gizi dan kemampuan pengolahan makanan terutama ikan. Menurut Munir & Audyna (2022), adanya intervensi pendidikan kesehatan efektif sekali dalam meningkatkan pengetahuan orang tua terutama ibu, sehingga dapat memberi bantuan dalam melakukan perubahan pola asuh untuk memberi nutrisi yang berdampak baik bagi pertumbuhan serta perkembangan berat badan balita.

Pada akhir sesi sosialisasi, tim pengabdian memberikan beberapa pertanyaan untuk mereview materi yang telah disampaikan dan juga untuk memastikan bahwa para peserta mengalami peningkatan pengetahuan. Sesuai harapan tim pengabdian, banyak peserta yang mampu memberikan jawaban dan tanggapan dengan benar. Terjadinya peningkatan pengetahuan ibu setelah dilakukannya edukasi stunting melalui sosialisasi pentingnya nutrisi ikan mengindikasikan bahwa melalui program semacam ini dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap pengetahuan ibu. Menurut Suryantara *et al.* (2023), melalui pemberian edukasi lewat penyuluhan materi singkat dan jelas, dapat mempermudah peserta mencerna materi yang disampaikan. Pengetahuan ibu memang termasuk penyebab tidak langsung, tapi amat berpengaruh pada penyebab langsung terjadinya stunting pada anak dikarenakan kontribusinya pada makanan apa yang diberikan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan kegiatan pengabdian dengan edukasi stunting melalui sosialisasi pentingnya nutrisi ikan ini yaitu bahwa kegiatan pemberian edukasi ini penting dilakukan untuk dapat meningkatkan pengetahuan orang tua terutama ibu. Hal tersebut memberi pengaruh supaya para ibu lebih waspada dan mengerti tentang bahaya stunting dan juga upaya pencegahannya melalui konsumsi makanan bergizi terutama dari bahan ikan. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu menjadi indikator awal kasus stunting akan dapat mengalami penurunan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis dan seluruh tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada pengelola Desa Persiapan Awang yang telah memberikan izin kegiatan pengabdian sehingga dapat berlangsung. Selain itu juga pada masyarakat peserta pengabdian di Desa Persiapan Awang, mahasiswa KKN Universitas Mataram, serta seluruh pihak yang turut terlibat yang tidak dapat disebutkan satu-persatu.

DAFTAR PUSTAKA

Diamahesa, W. A., Batun, T., Rahmadani, C., Dwiyanti, S., Muahiddah, N., Affandi, R. I., Alim, S., Sumsanto, M., Dwi, B., Setyono, H., Lestari, D. P., Lumbessy, S. Y., Scabra, A. R., Diniariwisani, D. (2023). Edukasi Pentingnya Nutrisi Ikan untuk Mencegah Stunting di Pondok Perasi, Kecamatan Ampenan, Mataram. *Jurnal abdi insani*. 10(2), 1032–1040.
Fitriami, E., & Galaresa, A. V. (2022). Edukasi Pencegahan Stunting Berbasis Aplikasi

- Android dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Ibu STIKes Pekanbaru Medical Center. *Jurnal Ilmiah STIKES*, 5(2), 78–85. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v5i2.258>
- Heryani, H., Istikharoh, I., Sari, M., Yulansari, M., & Putri Gustin, M. (2023). Edukasi Stunting pada Ibu Balita. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 266–271. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v3i4.302>
- Humairoh. (2023). Edukasi Cegah Stunting dengan Pemenuhan Gizi Seimbang pada Balita dengan Media Leaflet. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 1(3), 114–124. <https://doi.org/https://doi.org/10.59841/jurai.v1i3.346>
- Hutagaol, I. D., Redjeki, S., & Susilo, E. D. (2019). Morfometri *Octopus vulgaris* Cuvier, 1797 (Cephalopoda: *Octopodidae*) dari Perairan Popisi, Pulau Banggai Laut, Sulawesi Tengah. *Journal of Marine Research*, 8(2), 149–156.
- Maharani, S. C., & Rahman, S. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Edukasi pada Masyarakat Kelurahan Pasar Merah Barat. *Jurnal Implementa Husada*, 3(3). <https://doi.org/10.30596/jih.v3i3.11645>
- Muchtar, F., Rejeki, S., & Elvira, I. (2023). Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. 2(2), 138–144. <https://doi.org/10.34312/ljpm.v2i2.21400>
- Munir, Z., & Audyna, L. (2022). Pengaruh Edukasi Tentang Stunting Terhadap Pemgetahuan Dan Sikap Ibu Yang Mempunyai Anak Stunting. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 10(2), 29–54. <https://doi.org/10.33650/jkp.v10i2.4221>
- Nurapipah, M., & Lestari, A. (2023). Edukasi Manfaat Mengonsumsi Ikan Bagi Kesehatan Guna Cegah Stunting Sejak Dini Education Benefits of Consuming Fish for Health to Prevent Stunting From an Early Age. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (Jpkmk)*, 3, 2807–3134.
- Permatasari, T. A. E., Turrahmi, H., & Illavina. (2020). Edukasi Gizi Seimbang Bagi Kader Posyandu pada Masa Pandemi Covid-19 Sebagai Pencegahan Balita Stunting di Kabupaten Bekasi. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat As-Syifa* 1(2), 1–10. <https://doi.org/10.37063/abdimaskep.v4i1.552>
- Sahira, N. S., Sara, K., & Assariah, P. (2023). Pendampingan Program Cegah Stunting Pendahuluan Metode pelaksanaan dalam program pencegahan stunting kepada masyarakat melalui. *Jurnal Bina Desa*, 5(1), 33–38.
- Sari, D. P., Fanny, N., & Pradany, A. L. (2020). Pengaruh Edukasi Pencegahan Stunting Tentang Satu Pilar Akses Pangan Bergizi dengan Metode Brainstorming terhadap Pengetahuan Ibu Baduta di Taman Sari Timur. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(2), 21. <https://doi.org/10.36419/jkebin.v11i2.369>
- Sukmawati, Hermayanti, Y., Nurhakim, F., Amira DA, I., & Mediani, H. S. (2021). Edukasi pada Ibu Hamil dan Kader Posyandu Tentang Pencegahan Stunting. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat*, 10(4), 330–335. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v10i4.33400>
- Suryantara, B., Merida, Y., & Pabidang, S. (2023). Pengaruh Pemberian Edukasi Ibu Hamil terhadap Tingkat Pengetahuan Pencegahan Stunting. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 175–180. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i2.309>
- Trisnawati, Y. (2022). Pengaruh Edukasi Stunting terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Bayi dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 10(2), 57–66.