

MENGGUGAH PERUBAHAN: UPAYA PENURUNAN ANGKA STUNTING MELALUI KELAS IBU BALITA

AVOIDING CHANGE: EFFORTS TO REDUCE STUNTING RATE THROUGH MOTHER CLASSES

Nur Laela¹, Syahriani², Nurjanna³, Chandra Ariani Saputri⁴, Rezki Devi Akib⁵

^{1,4}Program studi Sarjana Kebidanan, Institut Teknologi Kesehatan dan Sains
Muhammadiyah Sidrap

^{2,3} Program studi Profesi bidan, Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah
Sidrap

Email : elha1338@gmail.com

ABSTRAK

Kelas ibu balita merupakan program pengabdian masyarakat yang difokuskan pada pendidikan dan pelatihan bagi ibu-ibu dalam upaya penurunan angka stunting. Dalam kelas ini, ibu-ibu diberikan pengetahuan tentang pentingnya nutrisi yang seimbang, asupan makanan bergizi, dan praktik pemberian makan yang baik bagi anak balita. Melalui kelas ibu balita, diharapkan ibu-ibu dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan dalam merawat anak-anak mereka secara sehat dan optimal. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di posyandu yaitu Posyandu Melati Sikolong dan Posyandu Pelangi Indah Pangmaroan Waktu: 5 April 2023 dan 22 April dengan Sasaran Ibu yang memiliki bayi dan Balita, melalui program pengabdian masyarakat dapat dihasilkan adanya perubahan pola makan, praktik pemberian makan yang baik, dan stimulasi tumbuh kembang yang tepat, diharapkan dapat mengurangi risiko stunting pada anak balita. Pengabdian masyarakat melalui kelas ibu balita menjadi langkah konkrit dalam penurunan angka stunting. Melalui partisipasi aktif dalam kelas ini, ibu-ibu dapat menjadi agen perubahan dalam lingkungan keluarga mereka dan komunitasnya. Diharapkan, dengan melibatkan ibu-ibu dalam program ini, dapat tercapai penurunan angka stunting yang signifikan dan terciptanya generasi balita yang sehat, cerdas, dan berkualitas di masa depan.

Kata Kunci : Kelas Ibu Balita, Nutrisi Balita, Penurunan Stunting, Stimulasi Tumbuh Kembang

ABSTRACT

The toddler mother class is a community service program focused on education and training for mothers in an effort to reduce stunting rates. In this class, mothers are given knowledge about the importance of balanced nutrition, nutritious food intake, and good feeding practices for toddlers. Through mother-to-five classes, it is hoped that mothers can increase their knowledge, awareness and skills in caring for their children in a healthy and optimal manner. Community service activities are carried out at the posyandu, namely Posyandu Melati Sikolong and Posyandu Pelangi Indah Pangmaroan Time: April 5 2023 and April 22 with the target of mothers who have babies and toddlers, through community service programs can result in changes in eating patterns, good feeding practices, and proper growth and development stimulation is expected to reduce the risk of stunting in children under five. Community service through toddler mother classes is a concrete step in reducing stunting rates. Through active participation in this class, mothers can become agents of change in their family and community environment. It is hoped that by involving mothers in this program, a significant reduction in stunting rates can be achieved and the creation of a generation of healthy, intelligent and quality toddlers in the future.

Keywords: *Toddler Mother Class, Toddler Nutrition, Stunting Reduction, Growth and Development Stimulation*

PENDAHULUAN

Stunting atau pertumbuhan terhambat pada balita adalah masalah serius yang dihadapi oleh banyak negara, termasuk Indonesia. Stunting dapat berdampak negatif pada perkembangan fisik dan mental anak, serta mempengaruhi kualitas hidup mereka di masa depan. Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan upaya yang melibatkan

berbagai pihak, termasuk kelas ibu balita dalam program pengabdian masyarakat.

Kelas ibu balita adalah salah satu bentuk program pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk memberikan edukasi dan pendampingan kepada ibu-ibu yang memiliki anak usia balita. Program ini bertujuan untuk meningkatkan

pengetahuan dan keterampilan ibu dalam hal gizi, kesehatan, perawatan, dan stimulasi tumbuh kembang anak. Melalui kelas ini, ibu-ibu dapat belajar cara memberikan perawatan yang baik dan menyediakan nutrisi yang seimbang bagi anak-anak mereka.

Dalam kaitannya dengan stunting, kelas ibu balita memainkan peran penting dalam pencegahan dan penanggulangan masalah ini. Berikut adalah beberapa alasan mengapa kelas ibu balita memiliki kaitan erat dengan stunting:

1. Pendidikan gizi dan pemberian makanan yang sehat: Dalam kelas ibu balita, ibu-ibu diberikan pengetahuan tentang gizi yang tepat untuk anak-anak mereka. Mereka belajar tentang pentingnya nutrisi yang seimbang dan cara menyajikan makanan sehat. Dengan pengetahuan ini, ibu-ibu dapat memberikan makanan yang bergizi dan sesuai dengan kebutuhan anak-anak mereka, sehingga dapat mencegah terjadinya stunting. Adhikari, D.P., Khatri, R.B., Paudel, R., & Poudyal, A.K. (2018).
2. Praktik pemberian makan yang baik: Selain pengetahuan tentang gizi, kelas ibu balita juga memberikan pembelajaran tentang cara memberi makan yang benar kepada balita. Ibu-ibu diajarkan mengenai pola makan yang tepat, frekuensi pemberian makan, dan porsi makan yang sesuai dengan usia anak. Hal ini penting karena praktik pemberian makan yang tidak tepat dapat menyebabkan stunting. Dewey, K.G., & Adu-Afaruwah, S. (2008).
3. Stimulasi tumbuh kembang anak: Di dalam kelas ibu balita, ibu-ibu juga diberikan pemahaman mengenai pentingnya stimulasi tumbuh kembang anak. Mereka belajar bagaimana memberikan rangsangan yang sesuai dengan tahapan perkembangan anak, seperti bermain, berbicara, dan membaca. Stimulasi yang baik dapat

mendukung pertumbuhan otak dan perkembangan kognitif anak, sehingga dapat mencegah stunting dalam hal perkembangan intelektual. de Onis, M., Branca, F., & Childhood Stunting: A Global Perspective. (2016).

4. Pemantauan pertumbuhan anak: Melalui kelas ibu balita, ibu-ibu diajarkan cara memantau pertumbuhan anak secara rutin. Mereka diberikan pengetahuan tentang tanda-tanda pertumbuhan yang normal dan masalah kesehatan yang dapat menyebabkan stunting. Dengan memantau pertumbuhan anak secara teratur, ibu-ibu dapat mendeteksi dini adanya masalah pertumbuhan dan segera mengambil tindakan yang tepat. Saha KK, *at all*. (2008)
5. Peningkatan kesadaran ibu: Selain memberikan pengetahuan dan keterampilan praktis, kelas ibu balita juga membantu meningkatkan kesadaran ibu mengenai pentingnya pencegahan stunting. Melalui diskusi dan pertukaran pengalaman dengan ibu-ibu lainnya, mereka dapat memahami dampak stunting dan bagaimana menghindarinya. Dengan kesadaran yang meningkat, ibu-ibu akan lebih termotivasi untuk menerapkan praktik perawatan dan nutrisi yang baik bagi anak-anak mereka. Nair MKC, *at all* (2019)

METODE

Kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di posyandu melati Sikolong pada tanggal 5 April 2023 dan posyandu Pelangi Indah Pamaroan pada tanggal 22 April 2023. Pengabdian dilaksanakan dengan kolaborasi antara Dosen dan bidan desa di wilayah setempat dengan melibatkan mahasiswa beserta kader. Prosedur kegiatan dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut:
Langkah 1: Perencanaan Program

1. Identifikasi tujuan program: Menentukan tujuan yang ingin dicapai melalui penyuluhan.
2. Identifikasi target audiens: Menentukan kelompok sasaran yang akan menerima penyuluhan.
3. Rencanakan lokasi dan waktu penyuluhan: Pilih tempat yang nyaman dan sesuai, serta jadwal yang memungkinkan partisipasi maksimal dari audiens.

Langkah 2: Pengumpulan Informasi

1. Mengumpulkan informasi tentang data stunting dan factor penyebabnya.
2. Memahami konteks lokal: Mengetahui kondisi sosial, budaya, dan ekonomi di wilayah tersebut bertujuan membantu menyampaikan pesan dengan cara yang relevan dan dapat dipahami oleh audiens.

Langkah 3: Persiapan Materi dan Metode

1. Menyiapkan materi penyuluhan: Buat materi yang informatif dan mudah dipahami.
2. Menentukan metode penyampaian: Memilih metode yang sesuai dengan audiens dan konteks, dalam hal ini kami menggunakan ceramah, diskusi kelompok.

Langkah 4: Pelaksanaan Program

1. Sosialisasikan program: Gunakan berbagai saluran komunikasi untuk menginformasikan masyarakat melalui jaringan komunitas local (kader) beserta bidan setempat.
2. Melakukan kelas ibu balita: Selenggarakan sesi kelas ibu balita dengan mengikuti rencana dan materi yang telah disiapkan. Serta melibatkan partisipan secara aktif melalui diskusi, tanya jawab.
3. Menyampaikan informasi dengan jelas: Menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan sederhana. Serta memberikan contoh nyata dan praktis

untuk membantu partisipan memahami apa yang telah dijelaskan.

4. Dukung dengan materi visual: Menggunakan bahan visual, seperti video pendek, untuk memperkuat pesan dan membantu partisipan mengingat informasi yang disampaikan.
5. Menjawab pertanyaan dan tanggapilah kekhawatiran: Memberikan kesempatan kepada partisipan untuk bertanya dan berbagi pengalaman. Dan Menanggapi pertanyaan dengan baik dan jawab dengan jelas dan akurat.

Langkah 5: Evaluasi dan Tindak Lanjut

1. Evaluasi efektivitas program: Lakukan evaluasi untuk mengukur pemahaman partisipan pada ibu balita sebelum dan setelah dilakukan kelas ibu balita. Dengan melakukan diskusi kelompok kecil untuk mengumpulkan umpan balik.
2. Analisis hasil evaluasi: Tinjau hasil evaluasi dan identifikasi keberhasilan dan kekurangan program.
3. Tindak lanjut: Setelah Kelas ibu balita dilaksanakan, memberikan panduan dan materi tertulis kepada partisipan agar mereka dapat mengingat dan membagikan informasi kepada orang lain. Kemudian menjalin kerja sama dengan pihak terkait, seperti fasilitas kesehatan setempat, untuk memberikan dukungan lanjutan kepada ibu balita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di posyandu yaitu Posyandu Melati Sikolong dan Posyandu Pelangi Indah Pangmaroan Waktu : 5 April 2023 dan 22 April dengan Sasaran Ibu yang memiliki bayi dan Balita, Hasil yang dicapai yaitu:

1. Peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi balita: Melalui kelas ibu balita, ibu-ibu mendapatkan pengetahuan yang lebih baik tentang gizi yang seimbang untuk balita. Mereka memahami pentingnya nutrisi yang tepat dan dapat mengidentifikasi makanan yang sehat dan bergizi untuk diberikan kepada anak-anak mereka.
2. Perubahan pola makan yang lebih sehat: Dengan pengetahuan yang diperoleh melalui kelas ibu balita, ibu-ibu dapat mengubah pola makan keluarga mereka menjadi lebih sehat. Mereka mempelajari cara menyajikan makanan yang bergizi, mengenali porsi yang sesuai, dan menghindari makanan yang tidak sehat. Hal ini dapat membantu mencegah stunting dan mempromosikan pertumbuhan yang optimal pada balita.
3. Praktik pemberian makan yang baik: Ibu-ibu yang mengikuti kelas ibu balita juga belajar cara memberi makan yang baik kepada balita. Mereka memahami pentingnya memberikan makan dengan frekuensi yang tepat, memperhatikan porsi makan, dan memberikan variasi makanan yang sehat. Praktik ini dapat membantu memastikan bahwa balita menerima nutrisi yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka.
4. Peningkatan kesadaran akan pentingnya stimulasi tumbuh kembang: Dalam kelas ibu balita, ibu-ibu diajarkan tentang pentingnya memberikan stimulasi yang tepat kepada anak-anak mereka. Mereka belajar cara bermain, berbicara, dan membaca dengan anak-anak mereka untuk merangsang perkembangan

otak dan kognitif. Dengan meningkatnya kesadaran ini, ibu-ibu dapat lebih aktif dalam memberikan perhatian dan rangsangan yang diperlukan untuk perkembangan balita mereka.

5. Meningkatnya pemantauan pertumbuhan anak: Melalui kelas ibu balita, ibu-ibu juga diajarkan cara memantau pertumbuhan anak secara rutin. Mereka memahami tanda-tanda pertumbuhan yang normal dan dapat mengidentifikasi masalah kesehatan yang mungkin mempengaruhi pertumbuhan anak. Dengan memantau pertumbuhan secara teratur, ibu-ibu dapat segera mengambil tindakan jika ada tanda-tanda stunting atau masalah kesehatan lainnya.

SIMPULAN

Kelas ibu balita memiliki kaitan erat dengan stunting karena memberikan pendidikan, keterampilan, dan dukungan kepada ibu-ibu dalam upaya pencegahan dan penanggulangan stunting. Melalui program ini kelas ibu balita dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam mencegah stunting dan mempromosikan pertumbuhan yang optimal pada balita. Dengan peningkatan pengetahuan, perubahan pola makan, praktik pemberian makan yang baik, kesadaran akan stimulasi tumbuh kembang, dan pemantauan pertumbuhan yang lebih baik, diharapkan generasi anak-anak yang lebih sehat dan berkualitas dapat tumbuh dan berkembang serta melalui program pengabdian masyarakat, diharapkan dapat tercapai penurunan angka stunting dan terciptanya generasi yang lebih sehat dan berkualitas di masa depan

DAFTAR PUSTAKA

Adhikari, D. P., Khatri, R. B., Paudel, R., & Poudyal, A. K. (2018). Impact of Community-Based Nutrition Education Intervention on Growth and Development of Under-5 Children in a Semi-Urban Area

of Nepal. *Journal of Nepal Health Research Council*, 16(3), 264-270.

Alves-Santos NH, Monticielo OA, Camargo EG, et al. Impact of Maternal Education Program on Child Nutritional Status. *J Pediatr (Rio J)*. 2020;96(5):571-578. doi:10.1016/j.jpmed.2019.06.002

Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., Ezzati, M., Grantham-McGregor, S., Katz, J., Martorell, R., Uauy, R., & Maternal and Child Nutrition Study Group. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427-451.

Data profil UPT Puskesmas Sumbang , Kabupaten Enrekang 2023

Dewey, K. G., & Adu-Afarwuah, S. (2008). Systematic review of the efficacy and effectiveness of complementary feeding interventions in developing countries. *Maternal & Child Nutrition*, 4(s1), 24-85.

de Onis, M., Branca, F., & Childhood Stunting: A Global Perspective. (2016). *Maternal & child nutrition*, 12 Suppl 1, 12-26. El Banna A, Darwesh A, El Ghany NA, El Shabrawy RM, Sayed A. Impact of a Community-Based Intervention on Child Stunting in Egypt. *East Mediterr Health J*. 2018;24(6):571-578. doi:10.26719/2018.24.6.571

Haile D, Azage M, Mola T, Rainey R, Shumetie A. Exploring the Association between Maternal Health Care Utilization and Child Nutrition Status in Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *J Nutr Metab*. 2019;2019:7987423. doi:10.1155/2019/7987423

Martorell R, Young MF. Patterns of Stunting and Wasting: Potential Explanatory Factors and Interventions. *Adv Nutr*. 2012;3(2):227-233. doi:10.3945/an.111.001107

Nair MKC, Augustine LF, Konanki R, et al. Effectiveness of a Community-Based Nutrition Package in Improving the Nutritional Status of Young Children in Kerala, India: Cluster Randomized Controlled Trial. *Matern Child Nutr*. 2019;15(2):e12690. doi:10.1111/mcn.12690

Ramalingam A, Sankar MJ, Das RR. Stunting and Its Determinants among Children Aged 6-59 Months in India: Evidence from a Nationally Representative Survey. *J Pediatr Gastroenterol Nutr*. 2020;70(4):e79-e85. doi:10.1097/MPG.0000000000002583

Saha KK, Frongillo EA, Alam DS, Arifeen SE, Persson LÅ, Rasmussen KM. Appropriate Infant Feeding Practices Result in Better Growth of Infant and Young Children in Rural Bangladesh. *Am J Clin Nutr*. 2008;87(6):1852-1859. doi:10.1093/ajcn/87.6.1852

Tadesse AW, Tadesse E, Berhane Y, Ekström EC. Comparing Different Interventions to Reduce Stunting among Children in Ethiopia: A Decision-Making Approach. *BMC Public Health*. 2019;19(1):108. doi:10.1186/s12889-019-6440-0

DOKUMENTASI



Gambar 1. Penjelasan Tentang Pentingnya Pemberian Makanan Pendamping



Gambar 2. Pertemuan Kelas Ibu Balita