

Pendidikan Dan Pelatihan Kesehatan Gizi Anak Pada Ibu Dengan Balita Dan Kader Menuju Masyarakat Sadar Stunting

¹Farid Setyo Nugroho, ²Nur Ani, ³Budhi Rahardjo, ⁴Hana Rosiana Ulfah

¹²³Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Veteran Bangun Nusantara

⁴Prodi Keperawatan STIKES Estu Utomo

¹²³Sukoharjo, ⁴Boyolali, Indonesia

faridsetyo25@gmail.com^{1*}, aninurk3@gmail.com², budhirahardjo8@gmail.com³, hanros88@gmail.com

*Corresponding author

Submitted: October 04, 2023; Revised: October 22, 2023; Accepted: October 28, 2023; Published: October 30, 2023

ABSTRAK

Tingkat pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang gizi, pendapatan keluarga, pemberian ASI eksklusif, usia mendapatkan makanan tambahan ASI, kecukupan gizi serta faktor genetik disebut berpengaruh terhadap stunting baik di pedesaan dan perkotaan. Menurut WHO salah satu cara untuk pencegahan stunting adalah dengan melakukan intervensi dan pelayanan berbasis masyarakat untuk meningkatkan kesehatan ibu, bayi baru lahir dan anak.. Dusun Kalangan, Desa Mranggen, Kecamatan Polokarto merupakan salah satu wilayah di Kabupaten Sukoharjo dengan prevalensi angka gizi balita stunting tinggi. Berdasarkan analisis situasi yang telah dilaksanakan pada bulan Maret 2023 oleh tim pengabdian, diketahui bahwa permasalahan pengetahuan tentang pola asuh dan pemenuhan gizi anak khususnya terkait pemberian ASI eksklusif dan pemenuhan gizi anak menjadi permasalahan prioritas yang harus mendapatkan perhatian. Upaya penurunan prevalensi stunting melalui pendidikan kesehatan mengenai ASI Eksklusif dan gizi seimbang penting untuk terus dilakukan. Karena upaya ini dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu dengan bayi dalam pemberian ASI dan gizi seimbang yang baik dan benar. Melakukan sinergi dengan pihak-pihak terkait seperti Dinas Kesehatan, Kader Kesehatan untuk berkerjasama secara lintas sektor dan program untuk menurunkan prevalensi stunting

Kata kunci: Stunting, ASI, Gizi, Pendidikan, Pelatihan

ABSTRACT

Mother's education level, mother's knowledge about nutrition, family income, exclusive breastfeeding, age at which complementary foods are breastfed, nutritional adequacy and genetic factors are said to influence stunting in both rural and urban areas. According to WHO, one of the ways to prevent stunting is to carry out community-based interventions and services to improve the health of mothers, newborns and children. Kalangan Hamlet, Mranggen Village, Polokarto District is one of the areas in Sukoharjo Regency with a high prevalence of stunting under-fives. . Based on the situation analysis that was carried out in March 2023 by the service team, it is known that the problem of knowledge about parenting and fulfilling children's nutrition, especially related to exclusive breastfeeding and fulfilling children's nutrition, is a priority issue that must receive attention. Efforts to reduce the prevalence of stunting through health education regarding exclusive breastfeeding and balanced nutrition are important to continue. Because this effort can increase the knowledge and skills of mothers and babies in good and correct breastfeeding and balanced nutrition. Synergize with related parties such as the Health Service, Health Cadres to work across sectors and programs to reduce the prevalence of stunting

Keywords: Stunting, Breastfeeding, Nutrition, Education, Training



Copyright © 2023 The Author(s)

This is an open access article under the CC BY-SA license.

PENDAHULUAN

1000 hari pertama kehidupan yang disebut sebagai jendela peluang diakui sebagai periode paling penting untuk mencegah stunting. Pada periode ini, stunting dapat terjadi setelah pembuahan dan berhubungan dengan banyak faktor; status sosial ekonomi, asupan makanan, infeksi, status gizi ibu, penyakit infeksi, mikronutrien dan lingkungan (Ikeda *et al*, 2013). Faktor yang mempengaruhi stunting yang sering di alami adalah pengetahuan. Tingkat pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang gizi, pendapatan keluarga, pemberian ASI eksklusif, usia mendapatkan makanan tambahan ASI, kecukupan gizi serta faktor genetik disebut berpengaruh terhadap stunting baik di pedesaan dan perkotaan (Chen *et al*, 2014).

Secara global pada tahun 2018, 21,9% atau 149 juta anak di bawah usia 5 tahun menderita stunting, sehingga perlu diturunkan untuk mencapai target SDGs 2030. Menurut WHO salah satu cara untuk pencegahan stunting adalah dengan melakukan intervensi dan pelayanan berbasis masyarakat untuk meningkatkan kesehatan ibu, bayi baru lahir dan anak (UNICEF, 2019). Masyarakat dapat membantu mencegah kematian karena penyakit menular seperti diare yang juga berkontribusi dalam terjadinya stunting. Beberapa contoh intervensi dan pelayanan berbasis masyarakat yaitu program untuk asam folat suplementasi, suplemen mikronutrien multipel, pemberian vitamin K, atau eksklusif menyusui, serta perawatan antenatal, perinatal dan postnatal. Intervensi ini dapat mencakup komunikasi perubahan perilaku dan strategi untuk mobilisasi komunitas. Intervensi dan pelayanan berbasis masyarakat dapat diimplementasikan oleh petugas kesehatan, personil atau pekerja masyarakat terlatih, dan dilaksanakan secara lokal di rumah, desa atau kelompok masyarakat. Petugas kesehatan masyarakat seperti kader kesehatan dapat melaksanakan kegiatan ini dan memiliki potensi untuk meningkatkan hasil kesehatan dan gizi anak diantara masyarakat yang sulit dijangkau (WHO, 2014).

Berdasarkan pengamatan awal yang dilakukan oleh tim pengabdian di Dusun Kalangan, Desa Mranggen, Kecamatan Polokarto, Kabupaten Sukoharjo diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Terkait Gizi

No	Pengetahuan Ibu Terkait Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	7	35%
2	Kurang	13	65
Jumlah		20	100%

Berdasarkan dari hasil olah data pada tabel Frekuensi Pengetahuan Ibu Terkait Gizi di Dusun Kalangan, menunjukkan bahwa hasil bahwa 13 responden (65%) memiliki praktek pengetahuan ibu terkait gizi yang kurang baik.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Riwayat ASI Eksklusif

No	Riwayat ASI Eksklusif	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	11	55 %
2	Kurang	9	45 %
Jumlah		20	100%

Berdasarkan dari hasil olah data pada tabel 2, Frekuensi Riwayat ASI Eksklusif di Dusun Kalangan, menunjukkan bahwa hasil bahwa 11 responden (55%) memiliki praktek Riwayat ASI Eksklusif yang baik, namun perlu menjadi perhatian bahwa setidaknya 45% Ibu rumah tangga masih kurang dalam praktek Riwayat ASI Eksklusif.

Berdasarkan data tersebut diatas, maka pengabdian menetapkan lokus pengabdian di Dusun Kalangan, Desa Mranggen, Kecamatan Polokarto. Hal ini didasari atas masih rendahnya pengetahuan Ibu tentang gizi balita dan masih cukup tingginya angka praktik pemberian ASI eksklusif yang kurang baik di wilayah tersebut. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk

meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat melalui kegiatan pelatihan dan gizi anak berbasis masyarakat. Dari kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat membantu pemerintah dan dinas terkait dalam menurunkan angka prevalensi stunting, khususnya di Dusun Kalangan, Desa Mranggen, Kecamatan Polokarto. Dusun kalagn ini terletak di Dea Polokarto, Kecamatan Polokarto, Kabupaten Sukoharjo. Dusun ini memiliki potensi yang cukup baik untuk peningkatan kualitas gizi balita, seperti lokasi yang dekat dengan pasar tradisional, dekat dengan tempat pelayanan kesehatan (Puskesmas), sehingga dengan adanya potensi tersebut seharusnya dapat dimaksimalkan untuk memperbaiki gizi balita sehingga dapat mencegah munculnya stunting.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan menggunakan intervensi dan pelayanan berbasis masyarakat. Lokasi pengabdian dilaksanakan di Dusun Kalangan, Desa Mranggen, Kecamatan Polokarto, Kabupaten Sukoharjo. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu yang sedang menyusui dan kader kesehatan. Pengabdian direncanakan dilaksanakan pada bulan Juni tahun 2023. Kegiatan ini dilaksanakan berdasarkan analisis situasi awal yang telah dilaksanakan oleh tim pengabdian pada bulan Maret tahun 2023, dimana diperoleh temuan bahwa permasalahan pola asuh yang meliputi tata cara pemberian ASI Eksklusif dan upaya pemenuhan gizi anak menjadi masalah prioritas yang dihadapi oleh sasaran. Target dari kegiatan pengabdian ini, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan sasaran mengenai tata cara pemberian ASI Eksklusif dan pemenuhan gizi anak melalui kegiatan penyuluhan dan pelatihan melalui leaflet dan alat peraga yang difasilitasi oleh tim pengabdian dan beberapa pihak terkait seperti bidan desa dan pemerintah Desa Mranggen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Dusun Kalangan, Desa Mranggen, Kecamatan Polokarto, Kabupaten Sukoharjo ini dilaksanakan pada Bulan Juni sampai Juli Tahun 2023. Kegiatan ini diikuti oleh ibu rumah tangga yang memiliki balita dan kader kesehatan posyandu. Kegiatan ini dilakukan secara luring di rumah salah satu kader posyandu di Dusun Kalangan Desa Mranggen. Kegiatan yang dilakukan meliputi pendidikan kesehatan dan pelatihan dengan menggunakan leaflet sebagai media. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

A. Tahap Pendidikan dan Pelatihan Mengenai Tata Cara Pemberian ASI Eksklusif yang Baik

Pada tahap ini tim pengabdian melakukan pendidikan dan pelatihan mengenai tata cara pemberian ASI Eksklusif yang baik. Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dengan media leaflet. Target dalam kegiatan ini adalah ibu rumah tangga yang memiliki balita dan kader kesehatan posyandu dusun kalangan.

Tim pengabdian menyampaikan materi mengenai pentingnya ASI Eksklusif sebagai pondasi dan upaya pencegahan stunting. Mengingat bahwa di lokasi merupakan daerah dengan prevalensi stunting yang tinggi. Beberapa pokok bahasan yang disampaikan dalam kegiatan ini meliputi:

1. Pentingnya pemberian ASI Eksklusif

Materi ini penting untuk disampaikan karena masih banyak masyarakat yang belum mengetahui dan memahami pentingnya ASI eksklusif. Menurut World Health Organization (WHO), pemberian ASI eksklusif adalah satu-satunya pemberian ASI kepada bayi sampai usia 6 bulan dengan ASI tanpa tambahan cairan atau makanan apapun. ASI dapat digunakan sampai bayi berusia 2 tahun. Pemberian ASI eksklusif dianjurkan sesuai pedoman internasional berdasarkan bukti ilmiah tentang manfaat ASI bagi bayi, ibu, keluarga dan negara. Sebuah penelitian yang dilakukan di Dhaka pada 1.667 bayi selama 12 bulan menunjukkan bahwa

pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian akibat infeksi saluran pernapasan akut dan diare. Hal ini tidak harus terjadi jika ASI diberikan dengan baik dan benar, karena ASI saja sudah dapat memenuhi semua kebutuhan bayi hingga usia 6 bulan. Setelah usia 6 bulan hingga 12 bulan, ASI saja sudah memenuhi 60-70% kebutuhan bayi, sehingga meskipun bayi membutuhkan makanan selain ASI, mudah untuk mengembalikan berat badan ibu seperti semula. .lebih cepat. - kehamilan. Tidak hanya ASI, Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) juga perlu diperhatikan nutrisi gizinya untuk tumbuh kembang anak. Balita dengan masalah gizi buruk dapat menyebabkan penyakit dan memiliki risiko kematian yang lebih tinggi daripada anak yang sehat. Malnutrisi pada balita juga dapat menyebabkan keterlambatan perkembangan motorik dan fungsi kognitif yang buruk. Salah satu penyebab anak kurang gizi adalah karena ibu tidak memiliki pengetahuan gizi yang seimbang. Seorang ibu rumah tangga yang terbiasa menyiapkan makanan sehari-hari untuk anggota keluarga harus memiliki pengetahuan dan keterampilan dasar tentang menu yang sehat dan bergizi seimbang. Sehingga makanan yang disajikan menarik untuk dikonsumsi dan sehat untuk menjaga kondisi kesehatan. Minimnya pengetahuan tentang gizi dan kesehatan orang tua terutama ibu menjadi salah satu penyebab anak kurang gizi. Di pedesaan pola makan sangat dipengaruhi oleh kondisi sosial ekonomi dan budaya. Ada pantangan makanan untuk balita, seperti anak kecil tidak boleh diberikan ikan karena bisa menyebabkan cacingan, atau kacang-kacangan karena bisa menyebabkan kolik atau kembung. Oleh karena itu, salah satu upaya untuk meningkatkan status gizi balita adalah pendidikan kesehatan gizi bagi ibu balita. Hak ini harus dilaksanakan untuk membentuk perilaku positif dalam hal pemenuhan kebutuhan gizi yang merupakan salah satu faktor kunci dalam menunjang kesehatan anak usia dini. Selanjutnya bertujuan untuk mempengaruhi sikap, pengetahuan dan perilaku ibu dalam memberikan nutrisi pada balitanya.

1000 hari pertama kehidupan, yang dikenal sebagai jendela kesempatan, diakui sebagai periode paling penting untuk pencegahan stunting. Selama periode ini, keterlambatan pertumbuhan dapat terjadi setelah pembuahan dan berhubungan dengan banyak faktor; status sosial ekonomi, asupan makanan, infeksi, status gizi ibu, penyakit menular, defisiensi mikronutrien dan lingkungan (Ikeda et al., 2013) pendapatan dan kondisi yang berkontribusi berkontribusi terhadap penyebaran kemiskinan dan ketimpangan atau kesenjangan pendapatan antar generasi (Chen et al. ., 2014) Secara global pada tahun 2018, 21,9% atau 149 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami stunting. Oleh karena itu, harus dikurangi untuk mencapai target SDG 2030 (UNICEF, 2019). Pencegahan atau pengendalian stunting sangat penting karena anak dengan penyakit ini lebih rentan terhadap penyakit dan cenderung mengalami penyakit degeneratif, stunting sebelum usia 12 bulan mempengaruhi perawakannya saat masih muda. Selain itu juga mempengaruhi tingkat kecerdasan anak (Stein, et al, 2010).

2. Pelatihan melalui leaflet mengenai tatacara pemberian ASI yang baik dan benar

Pemberian ASI yang baik dan benar termasuk bagaimana tata cara pemerahan serta penyimpanannya penting untuk diketahui oleh Ibu yang memiliki bayi. Keterampilan seperti ini belum banyak dimiliki oleh ibu dengan bayi. Biasanya ibu hanya memberikan ASI pada saat bayi sedang lapar atau hanya saat diperlukan saja. Padahal bisa saja produksi ASI ibu melimpah atau bahkan perlu meningkatkan produktivitas ASI. Pengetahuan dan keterampilan seperti ini yang harus dimiliki oleh seorang ibu dengan bayi. Keterampilan untuk manajemen ASI baik dalam keadaan berlebih maupun dalam keadaan kurang produktif.

Sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam manajemen ASI maka diperlukan edukasi dan pelatihan bagaimanakah manajemen ASI yang baik. Adapun materi tersebut dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 1. Materi 1 pada leaflet pelatihan



Gambar 2. Materi 2 pada leaflet pelatihan



Gambar 3. Pelatihan dengan menggunakan alat peraga botol untuk menyimpan ASI

Ketrampilan-ketrampilan seperti tersebut diatas sangat penting untuk dimiliki oleh seorang ibu dengan bayi. Karena pada saat ibu memiliki ketrampilan ASI yang baik maka hal ini

dapat menurunkan risiko untuk terjadinya stunting. Gizi bayi menjadi terpenuhi dan terjaga selama pemberian ASI. Selain itu bayi juga akan mendapatkan asupan makanan yang lengkap dan cukup sebagai pendukung pertumbuhan dan perkembangan.

Pemerintah telah menetapkan lima pilar untuk mengatasi stunting, antara lain kepemimpinan yang visioner dan berkomitmen, pendidikan nasional yang mengarah pada perubahan perilaku, program terpadu di semua tingkat pemerintahan, pangan yang baik dan gizi yang baik, serta pemantauan dan evaluasi yang berkelanjutan untuk mencapai tujuan tersebut. . Kelima pilar tersebut dijabarkan dalam berbagai upaya antara lain upaya gizi spesifik dan upaya gizi sensitif. Upaya ini harus dilakukan secara terpadu untuk mendapatkan hasil yang maksimal. (Kemenkes, 2020). Upaya nutrisi khusus bersifat jangka pendek dan diarahkan pada seribu hari pertama kehidupan. Upaya gizi sensitif bersifat jangka panjang dan ditujukan untuk masyarakat luas, tidak hanya pada seribu hari pertama kehidupan. Pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan merupakan usaha yang wajar (Warta Kesmas, 2018)

Berdasarkan berbagai hasil penelitian diketahui bahwa banyak faktor yang mempengaruhi prevalensi stunting. Salah satu faktor tersebut adalah pengetahuan. Pendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang gizi, pendapatan keluarga, pemberian ASI eksklusif, usia pemberian makanan pendamping ASI, kecukupan suplai mikronutrien seperti seng dan besi, riwayat penyakit infeksi dan faktor genetik diduga mempengaruhi stunting di kedua desa tersebut. dan perkotaan (Rohmawati, 2015; Wulandari, Muniroh, 2020). Nutrisi sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Kecukupan gizi dapat dicapai dengan mengkonsumsi berbagai macam makanan, sehingga pengetahuan gizi ibu sangat penting untuk pencegahan dan pengobatan stunting (Rahmandiani et al., 2019).

Pencapaian tujuan penurunan stunting membutuhkan kerjasama banyak pihak, antara lain pemerintah pusat dan daerah, akademisi, bahkan tokoh masyarakat dan keagamaan. Mitra penggiat pengabdian masyarakat yaitu Desa Padamara menuntut peran seluruh lapisan masyarakat termasuk akademisi untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran keluarga. Pengelola sebagai bagian terdekat dari masyarakat memiliki peran penting sebagai agen perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku untuk menurunkan prevalensi stunting pada anak. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan bagi masyarakat termasuk remaja, ibu hamil dan petugas Posyandu agar mengenal stunting, mengetahui cara pencegahan dan penanggulangan gizi buruk Horn. Pendidikan berkelanjutan berdampak positif terhadap upaya penurunan stunting (Permatasari et al., 2020). Pendidikan yang diberikan dapat mengangkat tingkat pemahaman masyarakat. Peningkatan pengetahuan dipengaruhi oleh usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, minat, pengalaman dan sumber informasi. Peserta mendapatkan pengetahuan lebih karena minat mereka yang besar terhadap informasi yang diberikan dan sumber informasi berupa penjelasan dengan menggunakan media yang menarik. (Aridiyah et al., 2015). Beberapa penelitian telah menjelaskan dampak pengetahuan tentang pencegahan dan penanggulangan stunting, antara lain pengaruh pengetahuan tentang pencegahan stunting pada ibu hamil sebelum dan selama kehamilan, setelah konseling intervensi (Arsiyati, 2019) dan terdapat perbedaan pengetahuan tentang kriteria untuk pencegahan stunting sebelum dan sesudah. dan setelah konsultasi. (Wulandari et al., 2020).

Studi lain menunjukkan bahwa pemahaman ibu tentang gizi anak berperan penting dalam pencegahan stunting. Ibu perlu mengetahui bahwa makanan padat harus dikenalkan mulai dari pemberian ASI eksklusif, pengganti ASI dan pemberian makanan bergizi untuk membantu perkembangan fisik dan mental anak. Faktor utama penyebab angka stunting malnutrisi (Sinuraya et al., 2020)

Ada berbagai metode untuk melakukan pendidikan oleh staf atau oleh kelompok sebaya. Dikatakan bahwa telah terjadi peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat melalui metode peer group. Pendidikan merupakan upaya strategis untuk mencegah dan memperbaiki stunting. Masalah stunting harus segera diatasi karena akan berdampak buruk bagi pembangunan Indonesia saat ini dan mendatang. Stunting merupakan salah satu tanda stunting dan dapat menyebabkan gangguan fungsional, keterlambatan perkembangan fisik dan kognitif, gangguan perkembangan sosial-emosional balita, dan gangguan tumbuh kembang, peningkatan risiko penyakit degeneratif (Permatasari et al, 2020).

B. Edukasi Gizi Seimbang Pada Balita

Sebagai upaya untuk membentuk generasi emas pada tahun 2045, pemenuhan gizi seimbang pada balita juga penting untuk dilakukan selain pemberian ASI Eksklusif. Ibu dengan bayi juga harus mengetahui bagaimanakah upaya pemberian gizi seimbang pada bayi yang baik dan benar. Kegiatan pengabdian masyarakat ini selain memberikan edukasi dan tatacara pemberian ASI juga disampaikan pula edukasi mengenai pemenuhan gizi seimbang pada bayi. Beberapa pokok bahasan yang disampaikan kepada para peserta dalam kegiatan pengabdian ini diantaranya adalah:

1. Pengertian gizi seimbang
2. Makanan Pendamping ASI (MPASI)
3. Sumber vitamin, mineral dan protein yang baik bagi bayi
4. Manajemen pemberian makanan yang sehat pada bayi

Gizi seimbang adalah pola makan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keragaman makan, aktivitas fisik, hidup bersih dan menjaga kesehatan, berat badan sehat, normal untuk mencegah masalah gizi. (Kemenkes RI, 2014). Menurut PMK No. 41 Tahun 2014, pemberian makanan seimbang bertujuan untuk memberikan pedoman asupan makanan sehari-hari dan perilaku sehat berdasarkan prinsip makan variasi makanan, gaya hidup sehat kekuatan, aktivitas fisik, dan pemantauan berat badan secara teratur. untuk mempertahankan berat badan normal.

Pengetahuan tentang gizi seimbang adalah pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dimakan agar tidak menimbulkan penyakit, cara mengolah makanan dengan benar agar zat gizi pada makanan tidak terbuang sia-sia dan cara pemenuhan gizi yang sehat. kehidupan. (Notoatmodjo, 2003). Menurut Notoatmodjo (2007) ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu:

1. Pendidikan

Pendidikan adalah usaha seumur hidup untuk mengembangkan watak dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah orang tersebut menerima informasi. Dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi, seseorang akan lebih cenderung untuk mengumpulkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang kita dapatkan, semakin banyak yang kita ketahui tentang gizi seimbang. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan, dimana diharapkan seseorang dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi juga akan memiliki pengetahuan yang lebih luas. Namun perlu ditekankan bahwa seseorang yang berpendidikan rendah belum tentu memiliki pengetahuan yang sedikit. Peningkatan pengetahuan tidak serta merta dicapai dengan pendidikan formal, tetapi juga dapat dicapai dengan pendidikan informal. Pengetahuan tentang suatu objek juga mencakup

dua sisi, yaitu sisi positif dan sisi negatif. Kedua aspek ini pada akhirnya akan menentukan sikap seseorang terhadap objek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari suatu objek diketahui, maka akan semakin berkembang sikap positif terhadap beberapa objek tersebut (Wawan, 2010).

2. Komunikasi massa

Informasi yang diperoleh dari pendidikan baik formal maupun nonformal dapat menimbulkan efek jangka pendek (*immediate effect*) yang mengarah pada perubahan atau peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi akan memberikan berbagai media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat akan inovasi-inovasi baru. Berbagai media, berbagai bentuk komunikasi massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dan lain-lain memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan opini dan keyakinan masyarakat. Dengan tugas utama menyampaikan informasi, media massa juga menyampaikan pesan-pesan yang berisi saran-saran yang dapat mempengaruhi opini publik. Adanya informasi baru tentang sesuatu memberikan landasan kognitif baru bagi pembentukan pengetahuan tentangnya.

3. Sosial budaya

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang tanpa menyimpulkan apakah yang mereka lakukan itu baik atau buruk. Maka seseorang akan bertambah ilmunya meskipun tidak. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersedianya fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuannya.

4. Lingkungan

Lingkungan adalah semua yang ada di sekitar remaja, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan mempengaruhi proses pengenalan pengetahuan kepada remaja yang berada di lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik atau non timbal balik yang ditanggapi setiap individu sebagai kenalan.

5. Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan gizi seimbang merupakan cara untuk mendapatkan pengetahuan yang sebenarnya dengan mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dengan memecahkan masalah yang dihadapi di masa lalu. Pengalaman *on the job learning* dikembangkan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan khusus serta pengalaman *on the job learning* yang akan mampu mengembangkan keterampilan pengambilan keputusan yang merupakan manifestasi dari integrasi permasalahan hidup di dunia kerja.

6. Umur

Umur mempengaruhi pemahaman dan keadaan pikiran. Semakin tua umur, pemahaman dan pemikiran manusia semakin berkembang, sehingga pengetahuan yang Anda peroleh akan meningkat. Di umur paruh baya, individu akan mengambil peran yang lebih aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih siap untuk upaya sukses menyesuaikan diri dengan umur tua, belum lagi orang paruh baya akan menghabiskan lebih banyak waktu untuk membaca. Kemampuan intelektual, kemampuan memecahkan masalah dan kemampuan bahasa praktis tidak menurun pada umur ini.

SIMPULAN

Upaya penurunan prevalensi stunting melalui pendidikan kesehatan mengenai ASI Eksklusif dan gizi seimbang penting untuk terus dilakukan. Karena upaya ini dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu dengan bayi dalam pemberian ASI dan gizi seimbang yang

baik dan benar. Melakukan sinergi dengan pihak-pihak terkait seperti Dinas Kesehatan, Kader Kesehatan untuk berkerjasama secara lintas sektor dan program untuk menurunkan prevalensi stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan dari LPPM Univet Bantara Sukoharjo dalam mendukung kegiatan pengabdian ini. Selain itu penulis juga mengucapkan terima kasih atas kerjasama atas dukungan dari pemerintah Desa Mranggen Kecamatan Polokarto Kabupaten Sukoharjo yang berkenan memberikan dukungannya sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik sesuai dengan yang diharapkan.

DAFTAR REFERENSI

- Aridiyah OF, Rohmawati N, Ririanty M. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan. *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*, vol. 3 No. 1, Januari 2015
- Arsiyati Asri Masitha. (2019). Penyuluhan Media Audiovisual Dalam Pengetahuan Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil di Desa Cibatok 2 Cibungbulang. *PROMOTOR Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, Vol.2 No.3, Juni 2019
- Chen L, Wu Y, Coyte PC. Income-related children's healthinequality and health achievement in China. *Int J Equity Health*.2014;13:102.3
- Chen L, Wu Y, Coyte PC. Income-related children's healthinequality and health achievement in China. *Int J Equity Health*.2014;13:102.
- Ikeda N, Irie Y, Shibuya K. Determinants of reduced childstunting in Cambodia: analysis of pooled data from threeDemographic and Health Surveys. *Bull World Health Organ*.2013;91:341---9.2.
- Ikeda N, Irie Y, Shibuya K. Determinants of reduced childstunting in Cambodia: analysis of pooled data from threeDemographic and Health Surveys. *Bull World Health Organ*.2013;91:341---9.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Warta Kesmas. Cegah Stunting itu Penting*. Edisi 2. Tahun 2018. Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI.(2020). *Arah Kebijakan Dan Rencana Aksi Program Kesehatan Masyarakat Tahun 2020 – 2024*. <http://kemkes.go.id>
- Notoatmodjo, S. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Permatasari Endah TA, Turrahmi H, Illavina. (2020). Edukasi Gizi Seimbang bagi Kader Posyandu pada Masa Pandemi Covid-19 sebagai Pencegahan Balita Stunting di Kabupaten Bogor. *Jurnal As-Syifa Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*. Vol 1. No.2.
- Rahmandiani DR, Astuti Sri, Susanti IA, Handayani DS, Didah. (2019). Hubungan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting Dengan Karakteristik Ibu dan Sumber Informasi di Desa Hegarmanah Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Jurnal Sistem kesehatan*. Vol. 5 No. 2, Desember 2019.
- Rohmawati. (2015). Dalam Astuti Fitria Primi, Purwaningsih Heni. Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Stunting dan Gizi Balita di Desa Rogomulyo Kecamatan Kaliwungu. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)* Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo

- Sinuraya RK, Qodrina AH, Amalia R.(2019). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Mencegah Stunting. Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Padjajajaran. . Vol. 4, No. 2
- Stein AD, Wang M, Martorell R, Norris SA, Adair LS, Bas I, et al.Growth patterns in early childhood and final attained stature:data from five birth cohorts from low- and middle-income coun-tries. Am J Hum Biol. 2010;22:353---9.
- UNICEF, WHO, The World Bank. Levels and trends in child mal-nutrition. These new estimates supersede former analyses andresults; 2019. Available from. <https://www.unicef.org/rosa/reports/levels-and-trends-child-malnutrition>
- UNICEF, WHO, The World Bank. Levels and trends in child malnutrition. These new estimates supersede former analyses andresults; 2019. Available from. <https://www.unicef.org/rosa/reports/levels-and-trends-child-malnutrition>
- WHO. Equity considerations for achieving the Global Nutrition Targets 2025. Geneva: WHO; 2018.
- Wulandari CR, Muniroh L. (2020) Hubungan Tingkat Kecukupan Gizi, Tingkat Pengetahuan Ibu, Dan Tinggi Badan Orangtua Dengan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambak Wedi Surabaya. Amerta Nutrition. Vol 4.No 2. Januari 2020