

EDUKASI TENTANG PENTINGNYA KONSUMSI MAKANAN BERGIZI DAN SUPLEMEN KESEHATAN PENCEGAH STUNTING SEJAK DINI PADA SISWA SDN HANDIL BUJUR 1

Education on The Importance of Consuming Nutritious Food and Health Supplements to Prevent Stunting From an Early Age Among Students at SDN Handil Bujur 1

Muhammad Aldi^{1*}, Olvia Putri Pebriana¹, Puteri¹, Putri Carolin¹, Noorhaliza¹, Noni Wineiniati¹, Umi Syifa¹, Tresy Patricia Laetare¹, Dhea Yolanda Martha¹, Nasiroh¹, Putri Nabila¹, Diah Karina¹, Nur Syafa Agustin¹, Nurul Ma'rifah¹, Deni Nofrizal¹, Adriana Palimbo¹, Ali Rakhman Hakim¹, Nita Wulan Sari²

¹Universitas Sari Mulia, Banjarmasin

²Puskesmas, Kecamatan Aluh-Aluh

*Korespondensi: muhamataldi2019@email.com

Diterima: 29 Februari 2024

Dipublikasikan: 29 Februari 2024

ABSTRAK

Pendahuluan: Stunting merupakan suatu kondisi dimana anak memiliki tinggi badan lebih pendek pada usianya. Anak sekolah sangat rentan berhadapan dengan permasalahan gizi. masalah stunting dapat dicegah secara dini dari remaja karena merupakan calon orang tua sehingga perlu diberikan pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi dan suplemen kesehatan untuk mencegah stunting sejak dini.

Tujuan: Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan kepada siswa tentang pentingnya mengonsumsi makanan bergizi dan suplemen kesehatan untuk mencegah stunting sejak dini.

Metode: Metode penyampaian materi pada kegiatan ini dalam bentuk ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Materi diberikan melalui media leaflet yang berisi tentang stunting, makanan bergizi, dan suplemen kesehatan.

Hasil: Hasil kegiatan diperoleh bahwa tingkat pemahaman siswa/i SDN Handil Bujur 1 tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi dan suplemen kesehatan untuk mencegah stunting sejak dini mengalami peningkatan pemahaman dan pengetahuan.

Simpulan: Dari kegiatan pemberian edukasi yang dilakukan di SDN Handil Bujur 1, dapat disimpulkan bahwa siswa dapat memahami materi yang disampaikan. Hal tersebut dapat dilihat berdasarkan tanya jawab antara tim pengabdian dan siswa/i pada akhir pemberian materi.

Kata kunci: Stunting, Makanan bergizi, Suplemen kesehatan

ABSTRACT

Introduction: Stunting is a condition where a child has a shorter height than children his age. School children are very vulnerable to nutritional problems. The problem of stunting can be prevented from an early age in teenagers because they are prospective parents so they need to be given this knowledge.

Objectives: The aim of this community service activity is to provide knowledge to students about the importance of consuming nutritious food and health supplements to prevent stunting from an early age.

Methods: The method for delivering material in this activity is in the form of lectures, discussions and questions and answers. Material is provided through leaflets containing information about stunting, nutritious food and health supplements.

Results: The results of the activity show that the level of understanding of students at SDN Handil Bujur 1 regarding the importance of consuming nutritious food and health supplements to prevent stunting from an early age has increased in understanding and knowledge.

Conclusion: From the educational activities carried out at SDN Handil Bujur 1 it can be concluded that students can understand the material presented. This can be seen based on the question and answer between the service team and students at the end of the material.

Keywords: Stunting, Nutritious food, Health supplements

PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu kondisi dimana anak memiliki tinggi badan lebih pendek pada usianya. Kondisi tersebut salah satunya dipengaruhi oleh gizi yang kurang (Astuti dkk., 2023). Berdasarkan data oleh (Dinas Komunikasi dan Informatika Provinsi Kalimantan Selatan, 2023), prevalensi stunting di Kabupaten Banjar mengalami peningkatan dari 17,68% di tahun 2021 menjadi 26,40% di tahun 2022.

Anak sekolah sangat rentan berhadapan dengan permasalahan gizi. Pengaruh lingkungan sekitar yang tidak baik mengenai pola makan dan kebiasaan makan akan berdampak negatif dimasa yang akan datang, salah satunya adalah masalah stunting (Sitoayu dkk., 2020). Edukasi mengenai konsumsi makanan bergizi dan suplemen kesehatan penting diberikan kepada siswa kelas 5 dan 6 karena termasuk periode masa remaja yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu, masalah stunting dapat dicegah secara dini dari remaja karena merupakan calon orang tua sehingga perlu diberikan pengetahuan tersebut. (Suryani dkk., 2023)

Berdasarkan latar belakang di atas, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan edukasi tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi dan suplemen kesehatan kepada siswa kelas 5 dan 6 di SDN Handil Bujur 1.

METODE

Pemberian edukasi dilaksanakan dengan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Media yang digunakan berupa leaflet. Leaflet merupakan media cetak yang berisikan rangkuman materi yang akan disampaikan (Maulani dkk., 2023). Media leaflet berisikan informasi tentang stunting, faktor penyebab stunting, dampak stunting pada anak, contoh makanan bergizi dan kandungannya, serta contoh suplemen untuk mencegah stunting.

Pemberian edukasi pada anak-anak di SDN Handil Bujur 1 dilaksanakan pada tanggal 3 Februari 2024 pukul 09.00–11.00 WITA yang dihadiri oleh siswa kelas 5 dan 6. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan terkait materi yang telah disampaikan adalah dengan sesi tanya jawab. Pemberian edukasi mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi dan suplemen kesehatan untuk mencegah stunting sejak dini disampaikan dengan bahasa yang mudah dipahami oleh anak-anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Media edukasi yang digunakan pada kegiatan ini adalah leaflet. Pendidikan kesehatan melalui leaflet dimanfaatkan sebagai salah satu media untuk menyebarkan informasi mengenai kesehatan. Pada penelitian (Mutmainah & Rodiyah, 2023) menghasilkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan melalui leaflet berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap yang lebih baik untuk kesehatan. Pemberian edukasi terkait pentingnya mengonsumsi makanan bergizi dan suplemen kesehatan untuk mencegah stunting sejak dini pada siswa kelas 5 dan 6 di SDN Handil Bujur 1 berjalan dengan lancar serta selesai tepat waktu sesuai *rundown*. Peserta yang hadir adalah 36 orang siswa dibuktikan dari absen kehadiran.



Gambar 1. Foto bersama tim pengabdian dengan siswa dan guru

Dari hasil kegiatan pemberian edukasi yang dilakukan di SDN Handil Bujur 1 yang telah dilakukan, didapatkan hasil yaitu siswa kelas 5 dan 6 yang diberikan edukasi mengenai pentingnya mengonsumsi makanan bergizi dan suplemen kesehatan dengan media leaflet dapat dikatakan sudah paham yang ditunjukkan dari kemampuan siswa tersebut menjawab pertanyaan. Selain itu, harapannya para siswa mampu menerapkan pengetahuan yang didapat tersebut pada kehidupan sehari-hari.

SIMPULAN

Dari kegiatan pemberian edukasi yang dilakukan di SDN Handil Bujur 1, dapat disimpulkan bahwa siswa dapat menerima dan mampu memahami informasi yang telah disampaikan. Hal tersebut dilihat dari kemampuan siswa dalam menjawab pertanyaan dari tim pengabdian setelah pemberian edukasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada lembaga ICC (*Innovation Collaboration Center*) Universitas Sari Mulia yang telah memberikan pendanaan pada kegiatan KKN (Kuliah Kerja Nyata) tahun 2024. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada para guru SDN Handil Bujur 1 yang telah membantu memfasilitasi pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat.

REFERENSI

- Astuti, N. F. W., Putri, N. M., Indarwati, F., Sari, R. P., Chusna, S. A. M., & Pereira, M. L. D. C. (2023). Complementary Feeding Education and Practice Activity As an Attempt To Prevent Stunting in Children Under Two Years Old in Gugut Village Jember Regency. *Darmabakti Cendekia: Journal of Community Service and Engagements*, 5(2), 105–110. <https://doi.org/10.20473/dc.v5.i2.2023.105-110>
- Dinas Komunikasi dan Informatika Provinsi Kalimantan Selatan. (2023). *Prevalensi Stunting*. data.kalselprov.go.id/dataset/data/1012/column/y
- Maulani, E. F., Maharani, T. A., Gumarus, E. G., Hakim, A. R., Hidayat, A., Mustaqimah, & Saputri, R. (2023). PENINGKATAN PENGETAHUAN BAGI KADER KESEHATAN TENTANG PENYAKIT GOUT. *Majalah Cendekia Media*, 1(4), 224–228.
- Mutmainah, V. T., & Rodiyah, D. (2023). Pengaruh Edukasi Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Seksual Pranikah Di Smks Mutiara Bangsa Purwakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*

BPI, 7(1), 60–71. <https://doi.org/10.58813/stikesbpi.v7i1.124>

Sitoayu, L., Putri, V. H., Lutfiani, W., & Rumana, N. A. (2020). Makan Bergizi dan Hidup Penuh Prestasi. *Jurnal Abdimas*, 6(2), 93–97. https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-14660-11_0128.pdf

Suryani, N., Fathullah, D. M., & Norhasanah. (2023). Edukasi Gizi Seimbang dan Pemilihan Menu Makanan Melalui Kuliah Whatsapp dalam Upaya Pencegahan Stunting pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Wilayah Kalimantan Selatan. *Jurnal Inovasi Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(1), 317–324. <https://doi.org/10.54082/jipppm.82>



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