

MODUL PELATIHAN

PROGRAM GUWOSARI CEGAH STUNTING (PROGOSARI CENTING)

Yulinda Kurniasari, S.Gz., MPH

Anafrin Yugistyowati, S.Kep.Ns., M.Kep.Sp.Kep.An

Ruwet Rusiyono, S.Pd., M.Pd

Farizka Nurul Jannah

Linda Audina



Stunting

Adalah kondisi **gagal tumbuh** pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis sehingga anak lebih pendek untuk usianya (kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awala kehidupan setelah lahir), tetapi baru tampak setelah anak berusia **2 tahun**

Ciri Stunting pada Anak



**Stunting
dan
Wasting**

Sumber: Unicef, 2024

Dampak Stunting



Penyebab Stunting



Kurangnya asupan gizi anak pada 1000 HPK



Gizi ibu dan praktik pemberian makanan yang buruk (Kurang pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi).



Masih terbatasnya layanan (ANC, PNC)



Masih kurangnya akses pada makanan bergizi



Kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi

Pencegahan Stunting dari Usia Remaja

Remaja merupakan kelompok usia yang kritis dalam pencegahan stunting, karena:

Remaja putri yang mengalami kekurangan gizi dapat mengalami bayi dengan berat badan lahir rendah yang berakibat pada masalah stunting.

Stunting adalah kondisi yang terjadi jika anak tidak tumbuh dengan optimal karena kekurangan gizi kronis yang berakibat pada masalah kesehatan, seperti penyakit infeksi, anemia, defisiensi

1000 HPK → 8000 HPK

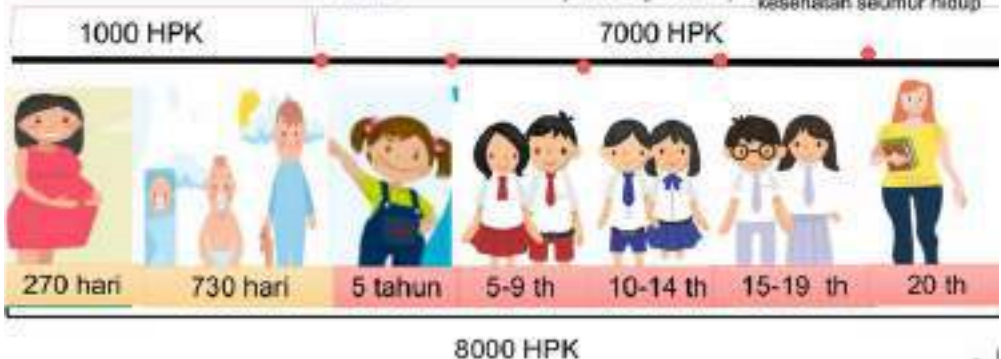
- 1000 HPK sebagai prioritas dalam pembangunan – **hal ini tidak cukup**
- 1000 HPK **tidak cukup** untuk sebuah investasi.
- Dibutuhkan sebuah **upaya yang sistematis dan intervensi yang tepat**
- Perlunya perhatian khusus pada 7000 HPK selanjutnya
- Intervensi 7000 hari dari masa kanak-kanak ke remaja sering diabaikan
- Intervensi kesehatan dirancang dengan baik di masa kanak-kanak dan remaja

8000 HPK

- 1000 hari pertama kehidupan sebagai prioritas
- Tidak memadai

3 fase kehidupan setelah 1000 HPK:

- 1** Fase pertumbuhan dan konsolidasi anak usia menengah (5-9 th)
Infeksi dan kekurangan gizi menjadi kendala utama
- 2** Percepatan pertumbuhan remaja (10-14 th)
Terjadi perubahan fisiologis dan perilaku (pubertas)
- 3** Fase pertumbuhan konsolidasi remaja (15-19 th)
restrukturisasi otak lebih lanjut sebagai penentu kesehatan seumur hidup



Monitoring Status Gizi Remaja

Mengidentifikasi remaja dengan status gizi kurang (KEK)

Memberikan intervensi gizi yang tepat, seperti suplementasi zat gizi mikro dan edukasi gizi.

Mencegah stunting pada generasi selanjutnya (Kemenkes RI, 2020).

Pengukuran Antropometri

Perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT)

$$IMT = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{[\text{Tinggi badan (m)}]^2}$$

Indeks	Interpretasi	Kategori
18,5 - 24,9	Normal	1
25,0 - 29,9	Overweight	2
30,0 - 34,9	Obesity	3
35,0 - 39,9	Obesity	4
40,0 - 49,9	Obesity	5
50,0 - 59,9	Obesity	6
60,0 - 69,9	Obesity	7
70,0 - 79,9	Obesity	8
80,0 - 89,9	Obesity	9
90,0 - 99,9	Obesity	10
100,0 - 109,9	Obesity	11
110,0 - 119,9	Obesity	12
120,0 - 129,9	Obesity	13
130,0 - 139,9	Obesity	14
140,0 - 149,9	Obesity	15
150,0 - 159,9	Obesity	16
160,0 - 169,9	Obesity	17
170,0 - 179,9	Obesity	18
180,0 - 189,9	Obesity	19
190,0 - 199,9	Obesity	20
200,0 - 209,9	Obesity	21
210,0 - 219,9	Obesity	22
220,0 - 229,9	Obesity	23
230,0 - 239,9	Obesity	24
240,0 - 249,9	Obesity	25
250,0 - 259,9	Obesity	26
260,0 - 269,9	Obesity	27
270,0 - 279,9	Obesity	28
280,0 - 289,9	Obesity	29
290,0 - 299,9	Obesity	30
300,0 - 309,9	Obesity	31
310,0 - 319,9	Obesity	32
320,0 - 329,9	Obesity	33
330,0 - 339,9	Obesity	34
340,0 - 349,9	Obesity	35
350,0 - 359,9	Obesity	36
360,0 - 369,9	Obesity	37
370,0 - 379,9	Obesity	38
380,0 - 389,9	Obesity	39
390,0 - 399,9	Obesity	40
400,0 - 409,9	Obesity	41
410,0 - 419,9	Obesity	42
420,0 - 429,9	Obesity	43
430,0 - 439,9	Obesity	44
440,0 - 449,9	Obesity	45
450,0 - 459,9	Obesity	46
460,0 - 469,9	Obesity	47
470,0 - 479,9	Obesity	48
480,0 - 489,9	Obesity	49
490,0 - 499,9	Obesity	50
500,0 - 509,9	Obesity	51
510,0 - 519,9	Obesity	52
520,0 - 529,9	Obesity	53
530,0 - 539,9	Obesity	54
540,0 - 549,9	Obesity	55
550,0 - 559,9	Obesity	56
560,0 - 569,9	Obesity	57
570,0 - 579,9	Obesity	58
580,0 - 589,9	Obesity	59
590,0 - 599,9	Obesity	60
600,0 - 609,9	Obesity	61
610,0 - 619,9	Obesity	62
620,0 - 629,9	Obesity	63
630,0 - 639,9	Obesity	64
640,0 - 649,9	Obesity	65
650,0 - 659,9	Obesity	66
660,0 - 669,9	Obesity	67
670,0 - 679,9	Obesity	68
680,0 - 689,9	Obesity	69
690,0 - 699,9	Obesity	70
700,0 - 709,9	Obesity	71
710,0 - 719,9	Obesity	72
720,0 - 729,9	Obesity	73
730,0 - 739,9	Obesity	74
740,0 - 749,9	Obesity	75
750,0 - 759,9	Obesity	76
760,0 - 769,9	Obesity	77
770,0 - 779,9	Obesity	78
780,0 - 789,9	Obesity	79
790,0 - 799,9	Obesity	80
800,0 - 809,9	Obesity	81
810,0 - 819,9	Obesity	82
820,0 - 829,9	Obesity	83
830,0 - 839,9	Obesity	84
840,0 - 849,9	Obesity	85
850,0 - 859,9	Obesity	86
860,0 - 869,9	Obesity	87
870,0 - 879,9	Obesity	88
880,0 - 889,9	Obesity	89
890,0 - 899,9	Obesity	90
900,0 - 909,9	Obesity	91
910,0 - 919,9	Obesity	92
920,0 - 929,9	Obesity	93
930,0 - 939,9	Obesity	94
940,0 - 949,9	Obesity	95
950,0 - 959,9	Obesity	96
960,0 - 969,9	Obesity	97
970,0 - 979,9	Obesity	98
980,0 - 989,9	Obesity	99
990,0 - 999,9	Obesity	100

Pengukuran Berat Badan

Pengukuran Berat Badan

Persiapan:

- ☐ Ambil timbangan
- ☐ Letakan alat timbangan pada lantai yang keras & datar.
- ☐ Membuka alas kaki & jaket serta mengeluarkan isi kantong yang berat, seperti kunci, handphone, dll.
- ☐ Pastikan timbangan pada nilai pengukuran pada angka 0.

Prosedur Penimbangan:

- ☐ Naik keatas timbangan dengan posisi kaki tepat di tengah alat timbang tetapi tidak menutupi layar timbangan.
- ☐ Perhatikan posisi kaki tepat di tengah alat timbang, sikap tenang (**JANGAN BERGERAK-GERAK**) & kepala tidak menunduk (memandang lurus kedepan).
- ☐ Jarum di kaca jendela alat timbang akan bergerak & tunggu sampai diam/ tidak berubah (**STATIS**).
- ☐ Catat angka yang ditunjuk oleh jarum berhenti dan isikan pada Formulir/Buku Rapor Kesehatan Remaja.
- ☐ Minta remaja turun dari alat timbang.
- ☐ Jarum pada alat timbang akan berada pada posisi 0 secara otomatis.
- ☐ Untuk Timbangan Digital Prosedur sama.



Pengukuran Tinggi Badan

Prosedur Pengukuran Tinggi Badan

- 1) Minta remaja melepaskan alas kaki (sandal/sepatu), topi (penutup kepala).
- 2) Pastikan alat geser berada di posisi atas.
- 3) Remaja diminta berdiri tegak, persis dibawah alat geser.
- 4) Posisi kepala dan bahu bagian belakang, lengan, pantat dan tumit menempel pada dinding tempat microoise di pasang.
- 5) Pandangan lurus ke depan, dan tangan dalam posisi bergantung bebas.
- 6) Gerakan alat geser sampai menyentuh bagian atas kepala. Pastikan alat geser berada di tepet tengah kepala. Dalam keadaan ini bagian belakang alat geser harus tetap menempel pada dinding.
- 7) Baca angka tinggi badan pada jendela baca ke arah angka yang lebih besar.
- 8) Apabila alat pengukur lebih rendah dari yang diukur, pengukur harus berdiri di atas bangku agar hasil pengukuran benar.
- 9) Pencatatan dilakukan dengan ketelitian sampai satu angka dibelakang koma (0,1 cm) → Contoh : 153,3 cm; 160,0 cm; 163,9 cm.



Pengukuran Lingkar Lengan Atas





Universitas Alma Ata
The Globe Inspiring University

