



Universitas
Alma Ata
The Globe Inspiring University

FIKES
DIII Kebidanan



Peringkat 1
PTNU
Se-Indonesia
Versi Webometrics
2023



Peringkat 1
PTNU
Se-Indonesia
Versi AD Scientific Index
2023



Peringkat 6
PTS
Se-Yogyakarta
Versi Webometrics
2023



Peringkat 22
PTN
Se-Indonesia
Versi Webometrics
2023

**Kampus
Merdeka**
INDONESIA JAYA

PENGENALAN DAN PENCEGAHAN STUNTING DI POSYANDU



Judul : Pengenalan dan Pencegahan Stunting di Posyandu

Sub Judul : Pengenalan dan Pencegahan Stunting di Posyandu

Pengarang: 1. Restu Pangestuti, S.ST., MKM.

2. Sundari Mulyaningsih, S.SiT. M.Kes

3. Fatimah, S.SiT., M.Kes.

4. Dyah Pradnya Paramita, S.ST., M.Kes.

5. dr. Taufik Rahman, Sp.OG.

6. Supiyati, S.ST., M.Kes.

7. Baik Rina Wulandari, S.ST., M.Kes.

Edisi/seri : 1/1

Tahun : 2023

Jumlah Halaman: 27 halaman

Kata Pengantar

Assalaamu'allaikum Warohmatullohi Wabarokatuh

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah Nya, sehingga kami dapat menyelesaikan Buku Saku “Pengenalan dan Pencegahan Stunting di Posyandu” Prodi Diploma III Kebidanan Universitas Alma Ata.

Untuk itu kami mengucapkan terima atas segala bantuan dan sumbangsih yang telah diberikan, demi terselesainya buku saku ini. Kami menyadari bahwa buku ini masih jauh dari sempurna dan masih banyak kekurangan di dalamnya. Untuk itu, kami menyampaikan permohonan maaf. Akhir kata semoga buku saku ini dapat dipergunakan sebagaimana semestinya yaitu sebagai acuan penyelenggaraan pemberian edukasi kepada masyarakat.

Wassalaamu'alaikum Warohmatullohi Wabarokatuh

Daftar Isi

1. Pengertian Stunting
2. Ciri-ciri Stunting
3. Penyebab Stunting
4. Dampak Stunting
5. Pola Asuh Pencegahan Stunting
6. Nutrisi untuk Pencegahan Stunting
7. Sanitasi untuk Pencegahan Stunting
8. Inovasi Pencegahan Stunting

Apa itu **Stunting?**

Stunting adalah kekurangan gizi pada bayi di 1.000 Hari Pertama Kehidupan yang berlangsung lama & menyebabkan terhambatnya perkembangan otak dan tumbuh kembang anak.

Karena mengalami kekurangan gizi menahun, balita stunting tumbuh lebih pendek dari standar tinggi balita seumurannya



Ciri-Ciri Stunting Anak

Tanda pubertas terlambat



Usia 8-10 tahun anak menjadi lebih pendiam, tidak banyak melakukan eye contact



Performa buruk pada tes perhatian dan memori belajar



Pertumbuhan melambat



Pertumbuhan gigi terlambat



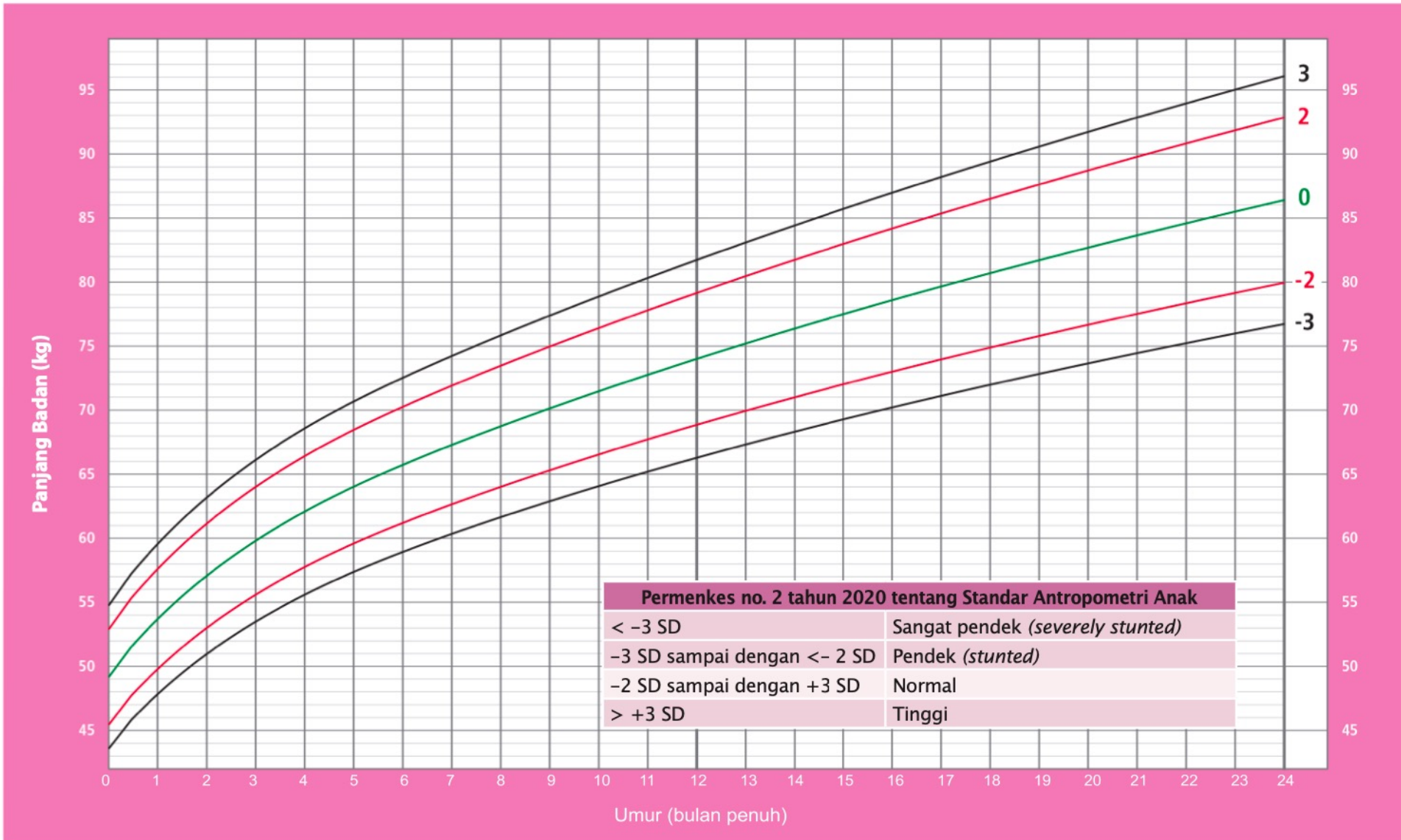
Wajah tampak lebih muda dari usianya



Grafik Panjang Badan Menurut Umur Anak Perempuan

0- 2 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



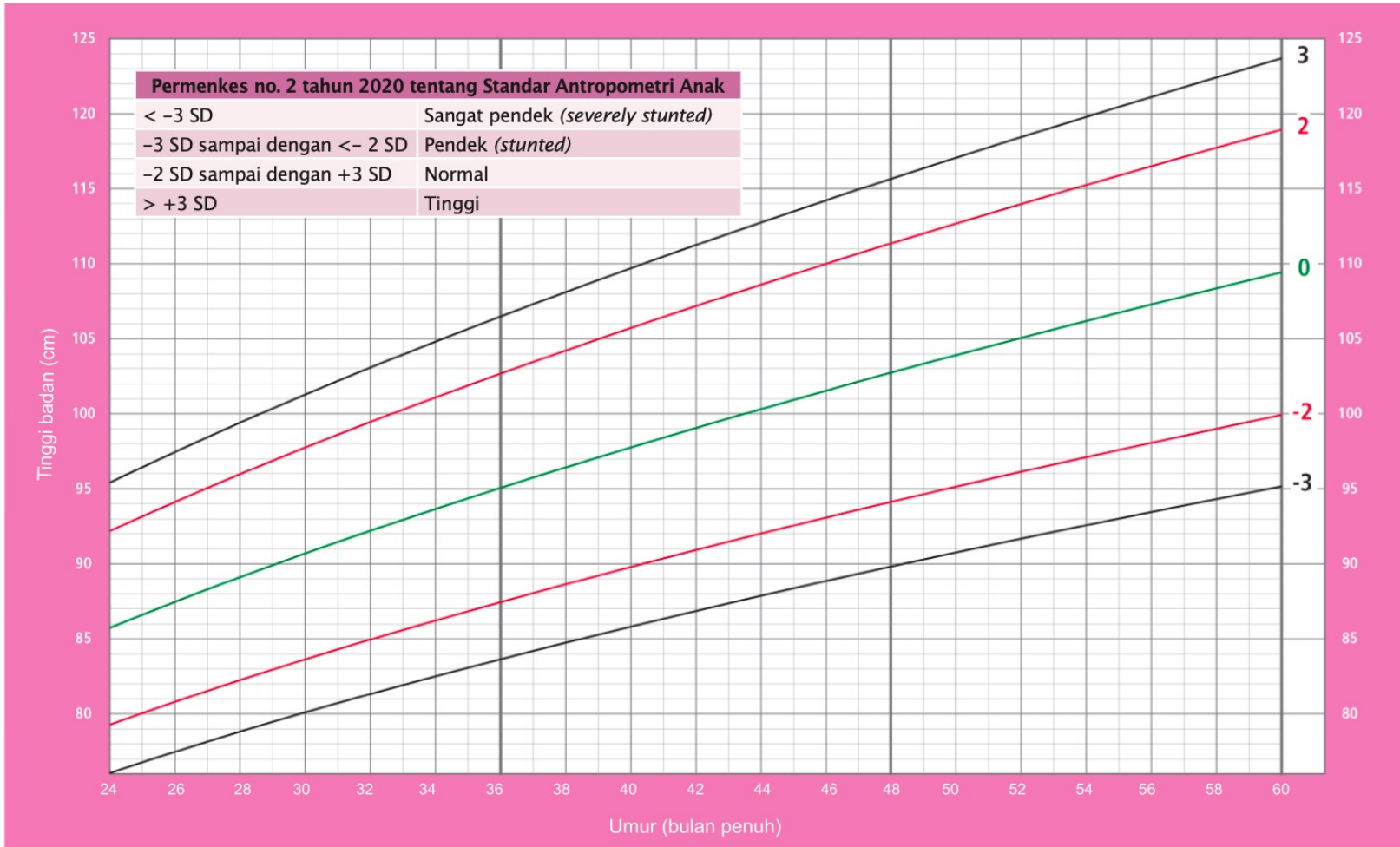
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Grafik Tinggi Badan Menurut Umur Anak Perempuan

2- 5 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



53

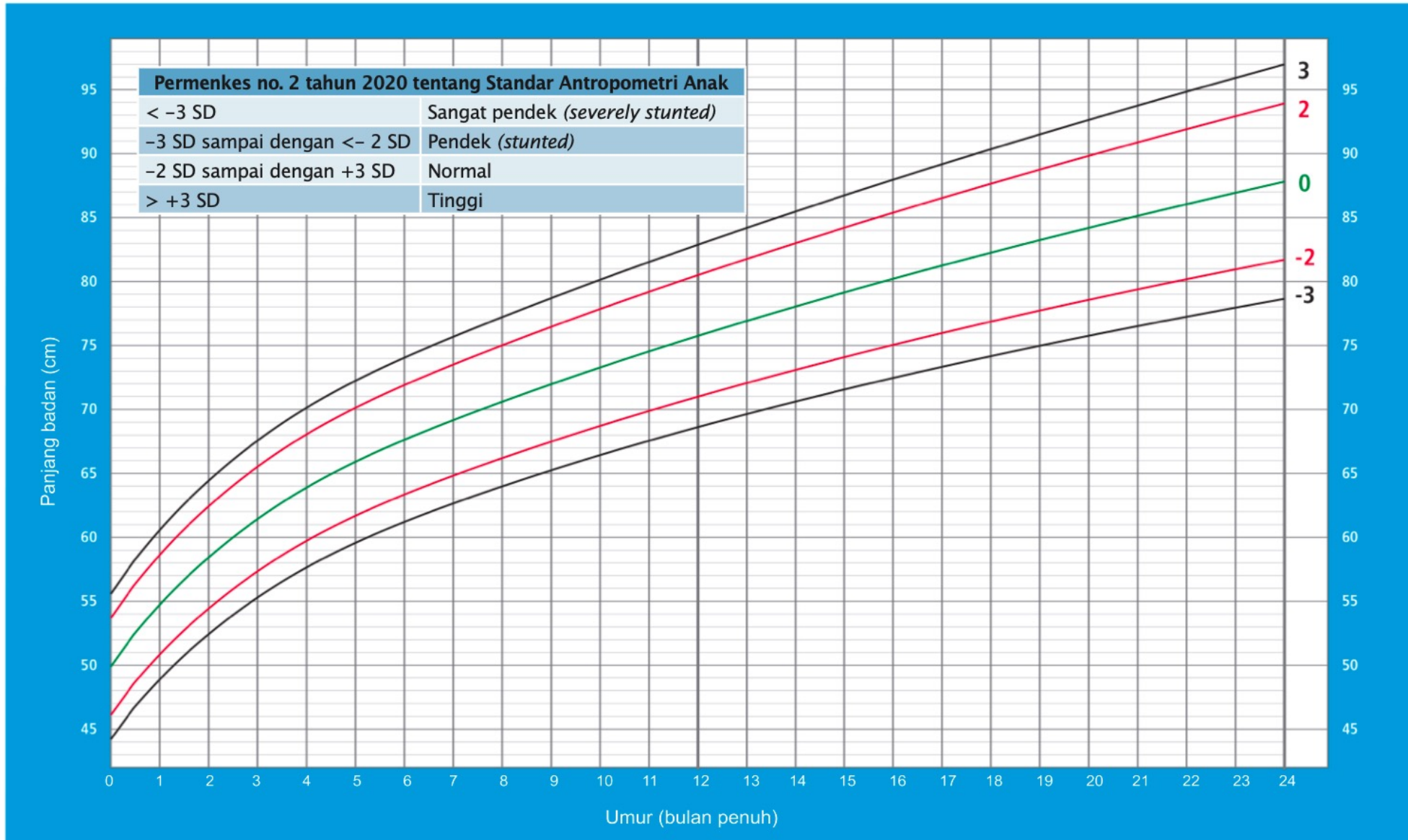
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Grafik Panjang Badan Menurut Umur Anak Laki-laki

0-2 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



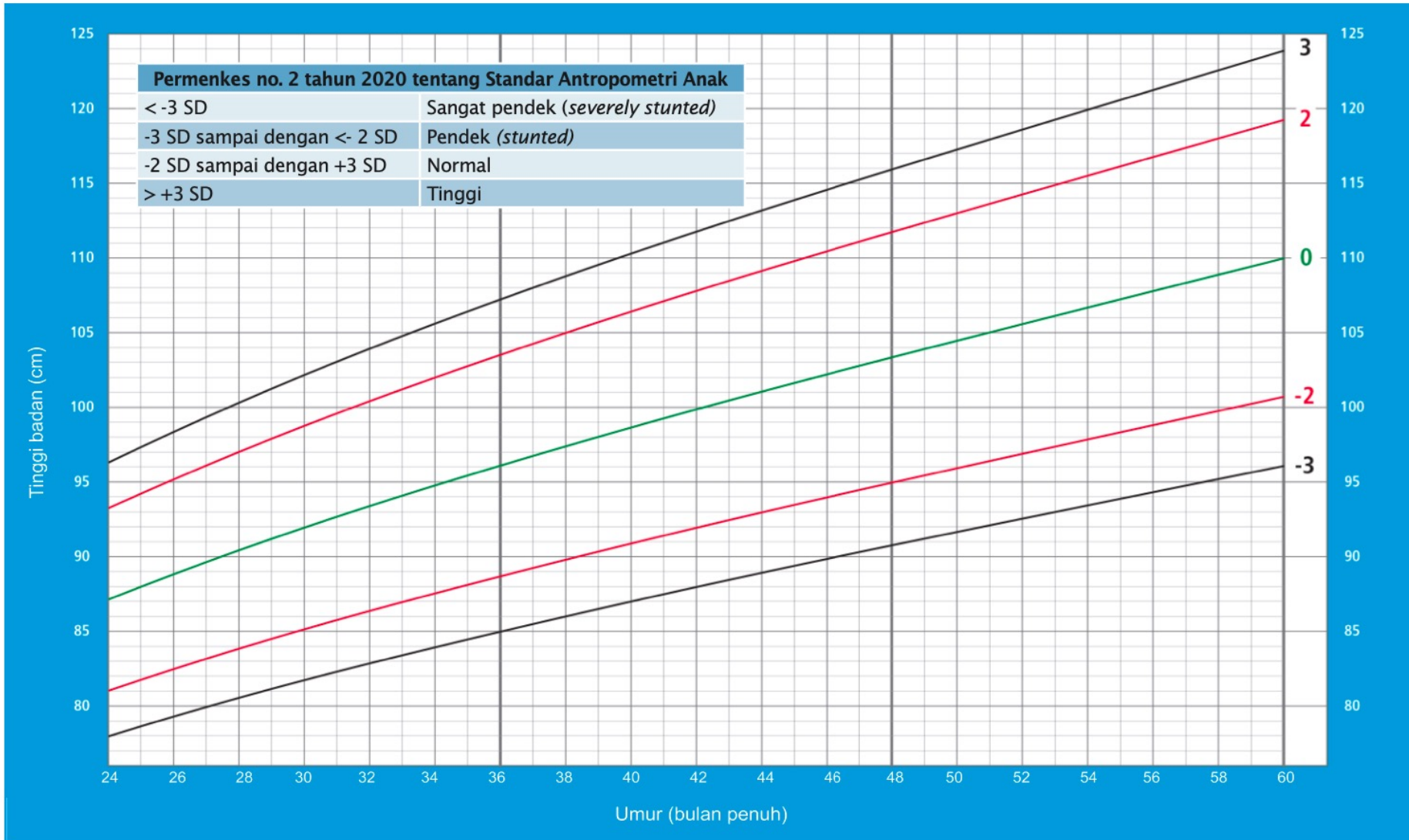
Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Grafik Tinggi Badan Menurut Umur Anak Laki-laki

2-5 tahun

DIISI OLEH TENAGA KESEHATAN



Tenaga Kesehatan memploting hasil pengukuran dan menatalaksana segera sesuai Permenkes Standar Antropometri Anak dan Pedoman Pelaksanaan SDIDTK

Orangtua, kader kesehatan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur

Ini Penyebab Anak Mengalami Kekerdilan (Stunting)



Kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan

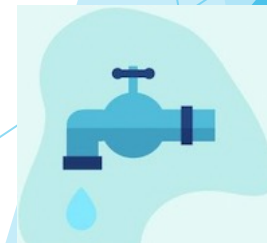


Masih kurangnya akses kepada makanan bergizi
Hal ini dikarenakan harga makanan bergizi di Indonesia masih tergolong mahal

Kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi

Faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita

Masih terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan ANC-Ante Natal Care (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan) Post Natal Care dan pembelajaran dini yang berkualitas





Apa Dampaknya??



- Terganggunya perkembangan otak dan fisik balita. Hal ini akan membuat balita sulit mencapai prestasinya kelak
- Balita akan lebih rentan terhadap penyakit
- Selain itu, kelak saat dewasa akan lebih mudah mengalami penyakit jantung, diabetes dan lainnya.



Dampak stunting bagi kesehatan anak



Gagal tumbuh (berat badan lahir rendah, kecil, pendek, kurus).

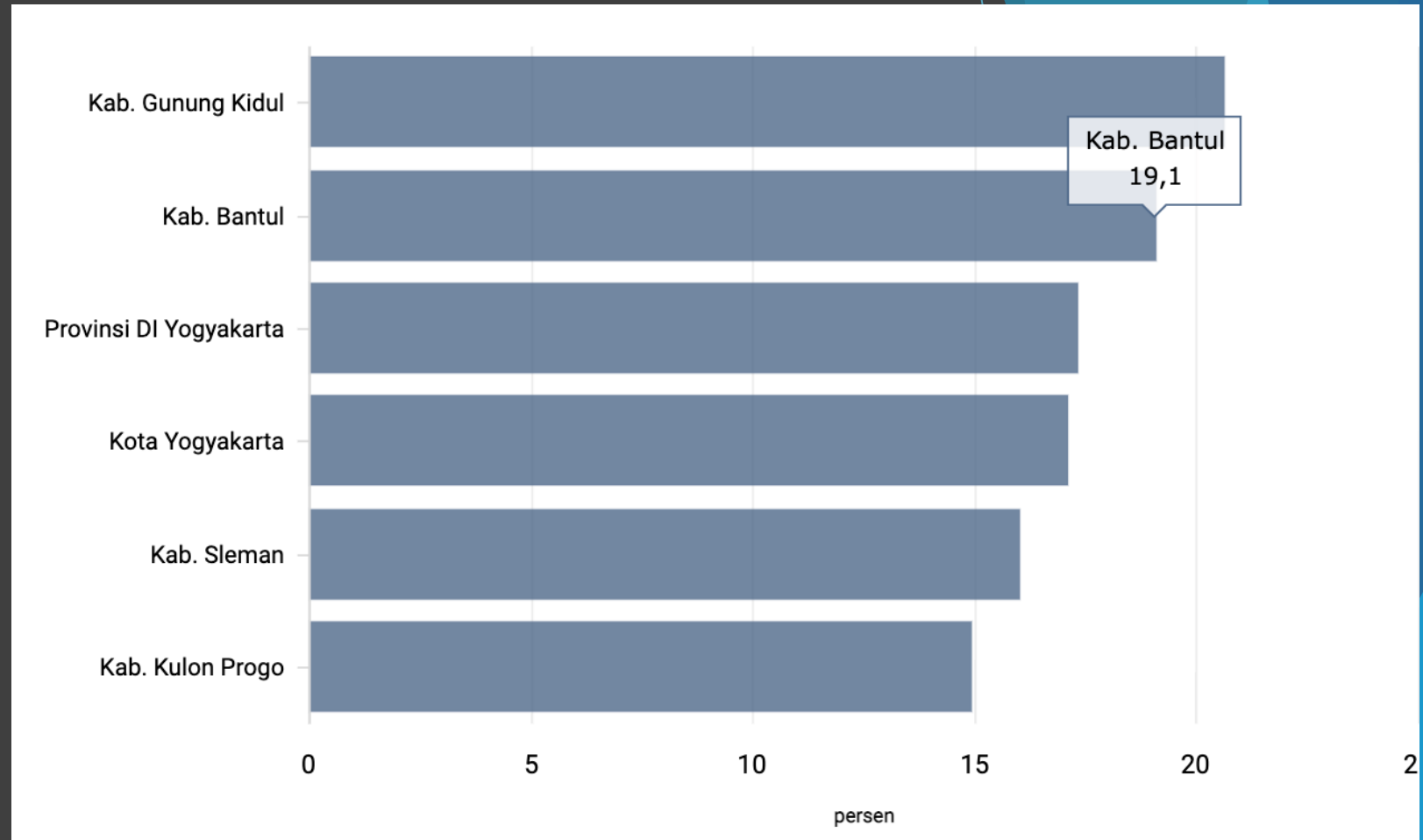


Perkembangan kognitif dan motorik terhambat.



Gangguan metabolik saat dewasa, berisiko terkena penyakit tidak menular (diabetes, stroke, jantung).

KEJADIAN STUNTING



<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/07/28/ini-wilayah-yogya-dengan-prevalensi-balita-stunting-terbesar-pada-2021>

1

Pemberian pola asuh yang tepat

Termasuk melakukan inisiasi menyusui dini, memberikan ASI eksklusif hingga bayi berusia 6 bulan.

2

Memberikan MPASI yang optimal

Makanan setidaknya mengandung 4 sampai 7 jenis dan memperhatikan kandungan nutrisi pada makanan.



3

Mengobati penyakit yang dialami anak

Misalnya memberikan penanganan intensif pada anak yang mengalami TBC

4

Perbaiki kebersihan lingkungan dan penerapan hidup bersih keluarga.

Misalnya membersihkan rumah dan lingkungan luar rumah secara rutin.





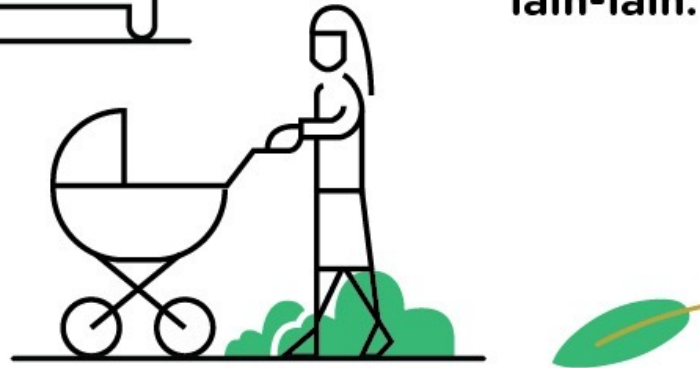
Bagaimana
memberikan
pola asuh yang
baik?



Asih adalah pemenuhan hak anak untuk mendapatkan kasih sayang dan cinta kasih dari orang tua dan anggota keluarga lainnya.



Asuh meliputi pemenuhan nutrisi, imunisasi, kebersihan, perawatan kesehatan, kebutuhan tidur, dan lain-lain.



Asah sendiri berarti pemberian stimulasi. Ini sebaiknya diberikan sejak bayi dalam kandungan sampai berusia 5 tahun. Stimulasi juga salah satu hal penting untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan fungsi dari otak, terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan.

**Bagaimana
menerapkan
MPASI optimal?**





JENIS TEKSTUR MPASI SESUAI USIA SI KECIL

6+ Bulan
Halus/saring



7-8 Bulan
Blender kasar tanpa saring



9-10 Bulan
Bubur kasar



11 Bulan
Nasi tim



12+ Bulan
Makanan Keluarga



ISI PIRINGKU

PORSI ANAK USIA 2-5 TAHUN

35% lauk pauk lokal
(protein hewani dan nabati)

1/6 buah-buahan

35% sayur-sayuran
& buah-buahan

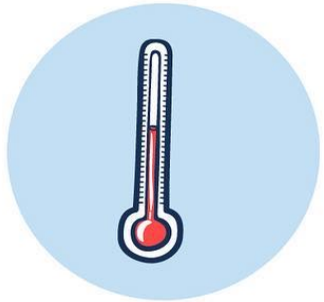
30% makanan pokok lokal

Tambahan:

1. Minum air putih secukupnya.
2. Melakukan aktivitas fisik atau bermain.
3. Cuci tangan pakai sabun setelah beraktivitas.



Pertolongan Pertama Saat Anak Demam



Cek suhu berkala



Kompres dengan air hangat



Minum air putih



Berikan pakaian yang nyaman



Periksakan anak ke Dokter,
Puskesmas, Rumah Sakit, atau fasilitas
kesehatan lain





SANITASI

Untuk Mencegah Stunting

5 Pilar Sanitasi Total Berbasis Lingkungan



Cuci tangan menggunakan sabun



Berhenti buang air besar sembarangan



Pengelolaan air minum dan makanan rumah tangga



Pengelolaan sampah rumah tangga



Pengelolaan limbah cair rumah tangga

INOVASI PENCEGAHAN STUNTING

Cegah Stunting dengan Konsumsi Ikan Lele



Manfaat Lele sebagai Menu MPASI Bayi

- 1 Sebagai sumber asam lemak omega-3**
Bermanfaat menjaga kesehatan jantung dan fungsi otak yang baik.
- 2 Kaya akan kalsium dan vitamin D**
Membantu menjaga kesehatan dan memperkuat tulang bayi.
- 3 Sumber protein tinggi**
Bermanfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi.
- 4 Mengandung banyak vitamin B12**
Berperan penting dalam pembentukan sel darah merah, kesehatan otak, dan sintesis DNA.



Resep Nasi Tim Ayam Lele Cincang

Menu untuk usia 9-11 bulan

Bahan

- 100 gr (10 sdm) nasi putih
- 30 gr (3 sdm) daging ayam cincang
- 10 gr (1 sdm) daging ikan lele
- 10 gr (1 sdm) wortel
- 5 ml (1 sdt) minyak goreng
- 10 ml (1 sdm) santan kental
- 1.5 sdm bawang bombay (iris halus)
- 200 ml kaldu ayam



Buah

- 80 gr (1 potong besar) semangka

Informasi nilai gizi per porsi:

Energi
125
Kalori

Protein
4,5
gr

Lemak
4,9
gr

*kontribusi energi sebesar 41% dari kebutuhan makanan tambahan sehari.

Sumber: Buku Resep MAKANAN LOKAL Balita dan Ibu Hamil

Resep Nasi Tim Ayam Lele Cincang

Menu untuk usia 9-11 bulan

Cara Membuat

- Masukkan nasi, daging ayam cincang, ikan lele, bawang bombay, minyak dan santan ke dalam mangkok tim.
- Tambahkan air kaldu.
- Masukkan wortel, masak hingga lunak dan matang.
- Angkat dan sajikan.



Sumber: Buku Resep MAKANAN LOKAL Balita dan Ibu Hamil

BERSAMA PERANGI STUNTING



Daftar Pustaka

Beal Ty, Tumilowicz A, Sutrisna A, Izwardy D, Neufeld LM. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Wiley: Maternal and Child Nutrition*. DOI: 10.1111/mcn.12617

Kemenkes RI. (2023). Buku Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta: *Promkes Kemenkes RI*. Available at: <https://promkes.kemkes.go.id/buku-kia-kesehatan-ibu-dan-anak>.

Kemenkes RI. 2023. Cegah Stunting dengan Konsumsi Ikan Lele. Jakarta: *Promkes Kemenkes RI*. Available at: <https://promkes.kemkes.go.id/materi-medsos-cegah-stunting-dengan-konsumsi-ikan-lele>

Prevalensi Balita Stunting di Yogyakarta. 2021. Databoks. Available at: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/07/28/ini-wilayah-yogya-dengan-prevalensi-balita-stunting-terbesar-pada-2021>

Profil Penulis



- Nama : Restu Pangestuti
Ttl : Purworejo, 06 Juli 1995
Pendidikan : D4 Bidan Pendidik Universitas Sebelas Maret (UNS),
S2 IKM minat Kesehatan Ibu dan Anak Universitas
Sebelas Maret (UNS)
- Penelitian :
1. Contextual Factors of Posyandu on Cadre Performance in Providing Maternal and Child Health Service in Surakarta, Central Java
 2. Path Analysis on the Personal and Social Determinants of Work Performance in Community Health Workers in Surakarta, Central Java
 3. Pengaruh Pengetahuan dan Pelatihan Kader Posyandu terhadap Pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak di Kabupaten Purworejo