

(PENTING) PALANGAN CEGAH STUNTING

Cegah Stunting, Itu Penting!



Dengan menerapkan 3 tips pencegahan stunting, diharapkan mampu menurunkan angka stunting di Indonesia. Selain itu, diharapkan masyarakat lebih memahami dan menerapkan sikap preventif untuk membangun generasi penerus yang bebas dari ancaman stunting.



PEMERINTAHAN KABUPATEN SITUBONDO

KECAMATAN JANGKAR

DESA PALANGAN

Jln. Palangan – Jangkar Kode Pos 68372

1. NAMA INOVASI

PENTING (PALANGAN CEGAH STUNTING)

2. LATAR BELAKANG

Stunting merupakan suatu keadaan di mana tinggi badan anak lebih rendah dari rata-rata untuk usianya karena kekurangan nutrisi yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya asupan gizi pada ibu selama kehamilan atau pada anak saat sedang dalam masa pertumbuhan.

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi.



Stunting dapat terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Stunting dan kekurangan gizi lainnya yang terjadi pada 1.000 HPK tidak hanya menyebabkan hambatan pertumbuhan fisik dan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit, tetapi juga mengancam perkembangan kognitif yang akan berpengaruh pada tingkat kecerdasan saat ini dan produktivitas anak di masa dewasanya.

Stunting terkait dengan banyak penyebab, antara lain aktor asupan gizi ibu dan anak, status kesehatan balita, ketahanan pangan, lingkungan sosial dan kesehatan, lingkungan pemukiman, kemiskinan, dan lain-lain (UNICEF, 2013; WHO, 2013).

Kekurangan gizi dalam waktu lama itu terjadi sejak janin dalam kandungan sampai awal kehidupan anak (1000 Hari Pertama Kelahiran). Penyebabnya karena rendahnya asupan vitamin dan mineral, dan buruknya keragaman pangan dan sumber protein hewani. Faktor ibu dan pola asuh yang kurang baik terutama pada perilaku dan praktik pemberian makan kepada anak juga menjadi penyebab anak stunting apabila ibu tidak memberikan asupan gizi yang cukup baik. Ibu yang masa remajanya kurang nutrisi, bahkan di masa kehamilan, dan laktasi akan sangat berpengaruh pada pertumbuhan tubuh dan otak anak.

Faktor lainnya yang menyebabkan stunting adalah terjadi infeksi pada ibu, kehamilan remaja, gangguan mental pada ibu, jarak kelahiran anak yang pendek, dan hipertensi. Selain itu, rendahnya akses terhadap pelayanan kesehatan termasuk akses sanitasi dan air bersih menjadi salah satu faktor yang sangat mempengaruhi pertumbuhan anak. *Stunting* mulai terjadi saat anak masih berada dalam kandungan dan terlihat saat mereka memasuki usia dua tahun. *Stunting* memiliki gejala-gejala yang bisa Anda kenali, misalnya:

- Wajah tampak lebih muda dari anak seusianya
- Pertumbuhan tubuh dan gigi yang terlambat
- Memiliki kemampuan fokus dan memori belajar yang buruk
- Pubertas yang lambat
- Saat menginjak usia 8-10 tahun, anak cenderung lebih pendiam dan tidak banyak melakukan kontak mata dengan orang sekitarnya.
- Berat badan lebih ringan untuk anak seusianya

Pihak Kementerian Kesehatan menegaskan bahwa stunting merupakan ancaman utama terhadap kualitas masyarakat Indonesia. Bukan hanya mengganggu pertumbuhan fisik, anak-anak juga mengalami gangguan perkembangan otak yang akan memengaruhi kemampuan dan prestasi mereka. Selain itu, anak yang menderita *stunting* akan memiliki riwayat kesehatan buruk karena daya tahan tubuh yang juga buruk. *Stunting* juga bisa menurun ke generasi berikutnya bila tidak ditangani dengan serius.

3. CEGAH STUNTING ITU PENTING



Stunting pada anak akan berlanjut hingga ia beranjak usia dewasa. Jadi sebelum stunting memberikan dampak pada tumbuh dan kembang anak secara menyeluruh, maka stunting harus dicegah. Upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting yaitu :

- Pemberian pola asuh yang tepat
- Memberikan MPASI yang optimal
- Mengobati penyakit yang dialami anak
- Perbaikan kebersihan lingkungan
- Menerapkan hidup bersih keluarga

Atau untuk lebih mudah mengingatnya, Stunting dapat dicegah dengan melakukan ABCDE.

- a. Aktif Minum Tablet Tambah Darah (TTD)
Konsumsi TTD bagi remaja putri 1 tablet seminggu sekali. Dan konsumsi TTD bagi ibu hamil 1 tablet setiap hari (minimal 90 tablet selama kehamilan).
- b. Bumil teratur periksa kehamilan minimal 6 kali
Periksa kehamilan minimal 6 (enam) kali, 2 (dua) kali oleh dokter menggunakan USG.
- c. Cukupi konsumsi protein hewani
Konsumsi protein hewani setiap hari bagi bayi usia di atas 6 bulan.
- d. Datang ke Posyandu setiap bulan
Datang dan lakukan pemantauan pertumbuhan (timbang dan ukur) dan perkembangan, serta imunisasi balita ke Posyandu setiap bulan.
- e. Eksklusif ASI 6 bulan
ASI eksklusif (hanya konsumsi ASI saja) selama 6 bulan pertama, dilanjutkan hingga usia 2 tahun dengan melengkapi Makanan Pendamping ASI (MP ASI) tepat setelah berusia 6 bulan.

4. PENGOBATAN

Penanganan stunting dapat meliputi pengobatan penyakit penyebabnya, perbaikan nutrisi, pemberian suplemen, serta penerapan pola hidup bersih dan sehat. Yang dapat dilakukan adalah:

- Mengobati penyakit yang mendasari, misalnya memberikan obat-obatan antituberkulosis bila anak menderita TBC
- Memberikan nutrisi tambahan, berupa makanan yang kaya protein hewani, lemak, dan kalori
- Memberikan suplemen, berupa vitamin A, zinc, zat besi, kalsium dan yodium
- Menyarankan keluarga untuk memperbaiki sanitasi dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), guna mencapai keluarga yang sehat.

5. TUJUAN PENCEGAHAN STUNTING

Tujuan pencegahan stunting adalah untuk meningkatkan kualitas hidup anak-anak Indonesia, sehingga mereka dapat tumbuh kembang dengan baik. Stunting adalah kondisi ketika anak lebih pendek dari anak-anak lain seusianya.

Berikut beberapa tujuan pencegahan stunting: Mendeteksi dini masalah gizi, Memberikan edukasi pencegahan stunting, Melakukan intervensi segera bagi sasaran yang memiliki masalah gizi, Meningkatkan kunjungan cakupan sasaran ke Posyandu, Mengurangi kemiskinan dan ketidaksetaraan sosial.

6. MANFAAT CEGAH STUNTING

Manfaat Program Pencegahan Stunting adalah :

1. Peningkatan Kesehatan Anak
 - Program ini membantu anak-anak tumbuh dengan sehat dan optimal, mengurangi risiko gangguan perkembangan fisik dan kognitif.
2. Pengurangan Angka Stunting
 - Dengan intervensi dini dan pendidikan yang tepat, program ini dapat mengurangi prevalensi stunting di desa-desa dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

3. Peningkatan Kesadaran Masyarakat

- Edukasi tentang gizi dan kesehatan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola makan sehat dan perawatan kesehatan anak.

4. Kesehatan Lingkungan

- Peningkatan sanitasi dan akses air bersih berkontribusi pada kesehatan yang lebih baik dan mengurangi risiko penyakit.



PEMERINTAHAN KABUPATEN SITUBONDO
KECAMATAN JANGKAR
DESA PALANGAN
Jln. Palangan – Jangkar Kode Pos 68372

DOKUMENTASI PENTING (PALANGAN CEGAH STUNTING)



DAFTAR HADIR

21-02-2024

no	nama	ortu	Thn	BB
1.	Pakim	Lutfi	31 bln	12,5
2.	danil	ika	38 bln	11,5
3.	Tiara	Farida	19 bln	7,5
4.	Faisal	Marhana	31 bln	13,96
5.	Rais	Lili	2 thn	10,2
6.	Maryam	Lili	7 bln	7,1
7.	Aisyah	Lili	4 thn	14,6
8.	Zafran	Rus	2 thn 1/2	11,8
9.	Qirul	irna	17 bln	10,4
10.	hilda	sofi	3 bln	6,1
11.	Nayla	Wwin	40 bln	13
12.	inara	Ria	6 bln	7
13.	Adiba	Fitriya	9 bln	8,5
14.	Alisa	sudar se	12 bln	11.
15.	Alifa	suci	18 bln	8,7
16.	iqbal	janna	11 bln	9,1
17.	hadi	yanti	16 bln	9,7
18.	Fathlan	Fatima	2 bln	6,5
19.	izam	desi	3 bln	7,6
20.	Amilia	Aliya	4 bln	6,1
21.	wiran	Arsiana	40 bln	14,6
22.	diva	suhriya	8 bln	6,3
23.	naura	siska	14 bln	9,9
24.	wasil	ifa	3 thn 5 bln	13
25.	Fadil	wulan	19 bln	9,9

26.	Akbar	nurhatiga	3 thn 1 bln	13,6
27.	Tasya	kiki	14 bln	9
28.	AZMI	Lilik	3 bln	6,3
29.	dila	nur faida	27 bln	11
30.	nulis	sutiyani	42 bln	11
31.	ALZAM	Maryam	11	10
32.	dani	darnina	4 thn 9 bln	13
33.	nafisa	yanti	38 bln	10,2
34.	Kalf	wati	40 bln	11,5
35.	dzikril	nur hayati	26 bln	12
36.	Akbar	janna	26 bln	11,5
37.	ifa	H. Ro'aida	58 bln	17,2
38.	juna	Ratna	57 bln	16,9
39.	Amel	Ose	29 bln	10,7
40.	syfa	osnawati	15 bln	8,3
41.	wildan	masiba	7 bln	7,2
42.	Faris	Risni	39 bln	13,9
43.	FaQi	Potri	38 bln	16,5
44.	saif	Ratna	37 bln	12,5
45.	AFnan	nur hayati	15 bln	9,5
46.	Amalia	Leli	21 bln	9,6
47.	Abil	H. Fitriya	40 bln	17,6
48.	Abian	halima	20 bln	12,8
49.	Zahro	Isnawati	4 bln	6,1

