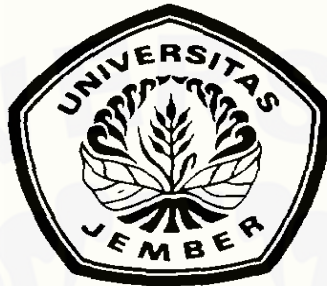


Mencegah Balita Stunting



Oleh:

dr. Muhammad Ali Shodikin, M.Kes., Sp.A

NIP. 19770625 2005 01 1 002

**Laboratorium Mikrobiologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Jember**

Disampaikan pada:

Seminar Kesehatan

Dalam Rangka Hari Kesehatan Nasional (HKN) ke-57:

“Sehat Negeriku, Tumbuh Indonesiaku”

24 November 2021



PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER
SEKRETARIAT DAERAH

Alamat : Jl. Sudarman No. 1 Telp. (0331) 487131 JEMBER

Jember, 22 November 2021

Nomor : 441 / 26557 / 311/ 2021
Sifat : Penting
Lampiran : 2 (dua) Lembar
Perihal : Undangan

Kepada :
Yth. Terlampir

di -

J E M B E R

Dalam rangka memperingati Hari Kesehatan Nasional (HKN) ke-57 tahun 2021 dengan tema **"Sehat Negeriku Tumbuh Indonesiaku"**, dengan ini mohon kehadiran Saudara pada kegiatan Seminar Kesehatan dimaksud melalui pertemuan daring dan luring sebagaimana jadwal kegiatan dan daftar undangan terlampir, yang akan dilaksanakan pada:

Hari : Rabu
Tanggal : 24 November 2021
Waktu : Pukul 07.00 WIB s.d. selesai
Tempat : Aula PB Sudirman Pemkab Jember
Alamat *Virtual Meeting* : *Menyusul*

Sehubungan dengan hal dimaksud, peserta Luring diharapkan mengunduh Aplikasi Peduli Lindungi dan hadir 30 menit sebelum acara untuk melakukan tes swab antigen covid-19. Bagi Kepala puskesmas diharap membawa hasil swab antigen covid-19 dari tempat masing-masing.

Demikian dan atas perhatiannya disampaikan terima kasih.



JADWAL KEGIATAN SEMINAR
DALAM RANGKA MEMPERINGATI HARI KESEHATAN NASIONAL (HKN) KE-57
TAHUN 2021 DENGAN TEMA **"SEHAT NEGERIKU TUMBUH INDONESIAKU"**

NO	WAKTU	KEGIATAN	PENANGGUNG JAWAB	KET
1.	07.00-08.00 WIB	Swab Tes Registrasi Peserta	Panitia	
		Orkes Keroncong ReDOWSKo RSD Soebandi (Penyambutan Tamu)	RSD Soebandi	
		Tarian Cucuk Lampah Penyambutan Bapak dan Ibu Bupati Jember dan pemberian rangkaian bunga serta kalung Penyerahan santunan kepada anak yatim dan dhuafa Penyerahan santunan BPJS-TK kepada ahli waris kader kesehatan	Puskesmas Rowotengah dan Panitia	
2.	08.00-10.15 WIB	Pembukaan:	Panitia	MC
		Menyanyikan Lagu Indonesia Raya		
		Menyanyikan Mars Jember		
		Senam Germas		
		Doa		
		1. Penayangan video dokumenter <i>flashback</i> pencegahan & penanganan covid 2. Penayangan video pemenang lomba kegiatan peringatan HKN tahun 2021 3. <i>Line Dance</i> RSD Kalisat	Panitia Panitia RSD Kalisat dan Panitia	
		Laporan Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Jember	Plt. Kepala Dinas Kesehatan Kab. Jember	
		Sambutan, Pengarahan dan Pembukaan	Bupati Jember	
		1. Penyerahan hadiah lomba, sertifikat akreditasi puskesmas dan klinik. 2. Sesi Foto Bersama 3. Menyanyi bersama dengan Bupati Jember (Optional)	Bupati Jember	
		Seminar Kesehatan	Moderator : dr. Dandy Candra S.	
3.	10.15-11.00 WIB	Materi I Kiat Aman Ibu Melahirkan	dr. Yonas Hadisubroto, Sp. OG	
4.	11.00-11.45 WIB	Materi II Kiat Sehat Balita Stunting	dr. Spesialis Anak	Koordinator: Dwi Handarisasi, S.Psi
5.	11.45-12.30	Materi III Peduli Lingkungan: Pemanfaatan Popok Bayi yang sehat dan ramah lingkungan serta lebih efisien	Common Seas	Koordinator: Erwan Widyatmoko, ST
6.	12.30-13.00	Tanya Jawab Penutup	Panitia	



DAFTAR PESERTA UNDANGAN

A. Peserta Undangan Pertemuan Luring/Offline

1. Forkopimda	: 3 orang
2. Sekretaris Daerah Kabupaten Jember	: 1 orang
3. Asisten Perekonomian dan Pembangunan	: 1 orang
4. Kepala Bappeda Kabupaten Jember	: 1 orang
5. Kepala Dinas Pendidikan	: 1 orang
6. Kepala Dinas Pemberdayaan Masyarakat & Desa	: 1 orang
7. Kepala DP3AKB	: 1 orang
8. Kepala Dinas Lingkungan Hidup	: 1 orang
9. Kepala Dinas PU Cipta KARYA dan Perumahan Rakyat	: 1 orang
10. Kepala Dinas Komunikasi dan Informasi	: 1 orang
11. Kepala Dinas Pemuda dan Olahraga	: 1 orang
12. Direktur Rumah Sakit	: 5 orang
13. Kepala UPT. Puskesmas	: 50 orang
14. Ketua Bhayangkari, PERSID, IAD	: 3 orang
15. PKK Kabupaten	: 5 orang
16. PKK Kecamatan	: 31 orang
17. Ketua PKFI Jember	: 1 orang
18. Ketua IDI	: 1 orang
19. Ketua IBI	: 1 orang
20. Ketua PPNI	: 1 orang
21. Ketua PERSAGI	: 1 orang
22. Ketua IAKMI	: 1 orang
23. Ketua PERSAKMI	: 1 orang
24. Ketua PC NU Jember	: 1 orang
25. Ketua Muslimat NU Jember	: 1 orang
26. Ketua Aisyiah Jember	: 1 orang
27. PT. Indomarco Jember	: 1 orang
28. PT. Mitratani Dua Tujuh	: 1 orang
29. Commonseas	: 4 orang
30. Kepala BNI Cabang Jember	: 1 orang
31. Kepala Bank Jatim Cabang Jember	: 1 orang
32. Manajer Kota Cinema Mall (KCM)	: 1 orang
33. Kepala BPJS Kesehatan Cabang Jember	: 1 orang
34. Kepala BPJS Ketenagakerjaan Cabang Jember	: 1 orang

B. Peserta Undangan Pertemuan Daring/Online

1. Camat di 31 Kecamatan
2. Bikor/ Bidan di 50 Puskesmas
3. Tenaga Promosi Kesehatan Puskesmas se-Kabupaten Jember
4. Penyuluh KB di 31 Kecamatan
5. Akademisi
 - a. Fakultas Kedokteran UNEJ
 - b. Fakultas Kesehatan Masyarakat UNEJ
 - c. Fakultas Keperawatan UNEJ
 - d. Polkesma
 - e. Akbid dr.soebandi
 - f. Stikes dr.soebandi
 - g. Poltek
 - h. Fakultas Keperawatan UNMUH
 - i. Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH







Mencegah Balita Stunting

dr. M. Ali Shodikin, M.Kes., Sp.A

Fakultas Kedokteran Universitas Jember / RSD. dr. Soebandi Jember

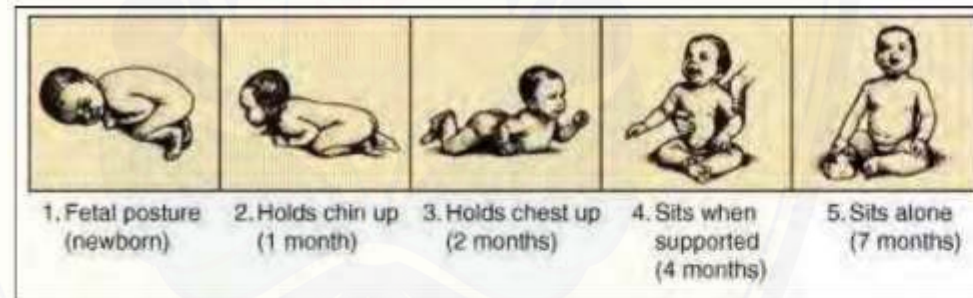
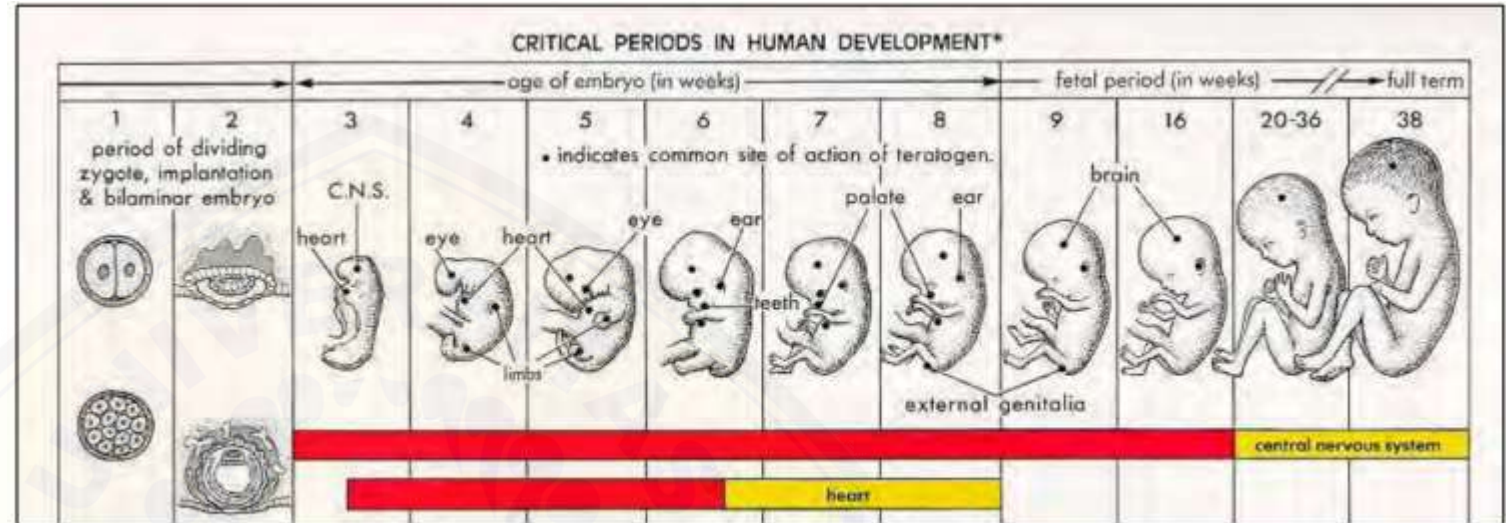
Apa itu Stunting?

- **Perawakan pendek pada anak**
- **Tinggi Badan (TB) < -2SD berdasarkan kurva standard WHO**
- **Disebabkan kurang gizi atau penyakit kronis**

Terutama pada usia < 2 tahun (1000 hari pertama kehidupan)

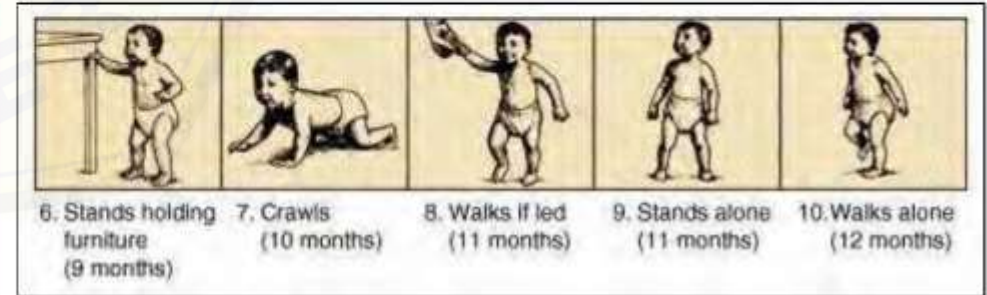
= 270 hari kehamilan + 730 hari setelah lahir

= 9 bulan kehamilan + 2 tahun pertama kehidupan anak



Trimester 1
 Pembentukan organ otak, hati, jantung, ginjal dan tulang
 Bersifat irreversibel

Lahir sampai 6 bulan
 Perkembangan pesat beberapa organ penting:
 - sistem imun
 - sistem saraf



1000 hari pertama kehidupan



Ada apa dengan stunting?

1 DARI 3 BALITA INDONESIA DERITA STUNTING

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang ditandai dengan tubuh pendek. Umumnya penderita rentan terhadap penyakit, kecerdasan di bawah normal, serta produktivitas rendah. Menurut standar WHO, suatu wilayah dianggap kronis jika prevalensinya di atas 20%.

PREVALENSI BALITA STUNTING NASIONAL (%)

Proporsi penderita dibandingkan populasi di suatu wilayah dalam waktu tertentu.

Prevalensi dibanding negara lain	
Indonesia	27,5%
Vietnam	19,4%
Malaysia	17,2%
Thailand	16,3%



PENYEBAB

- Tidak terjaganya kebersihan lingkungan
- Buruknya fasilitas sanitasi dan akses air bersih
- Rendahnya asupan gizi sejak janin hingga bayi umur 2 tahun

PENCEGAHAN

- Pantau pertumbuhan balita di Posyandu
- Air bersih dan fasilitas sanitasi terpenuhi
- Jaga kebersihan lingkungan
- Penuhi kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil
- Beri ASI eksklusif sampai umur 6 bulan

..ada apa dengan stunting?



INDOSPORT > SEPAKBOLA - NASIONAL

17.1K

Piala AFF: Dibanding 4 Rivalnya, Timnas Indonesia Jadi Skuat Paling 'Kerdil'

Minggu, 11 November 2018 09:00 WIB

Penulis: Luqman Nurhadi Arunanta | Editor: Lanjar Wiratri

f 382

🐦

0 komentar



Singapura vs Indonesia

Digital Repository Universitas Jember

Normal atau stunting?



- Mana yang normal?
- Mana yang stunting?



Bagaimana mengenali Stunting?

Ukur Tinggi Badan (TB) anak

Plot pada grafik pertumbuhan TB menurut usia dan jenis kelamin

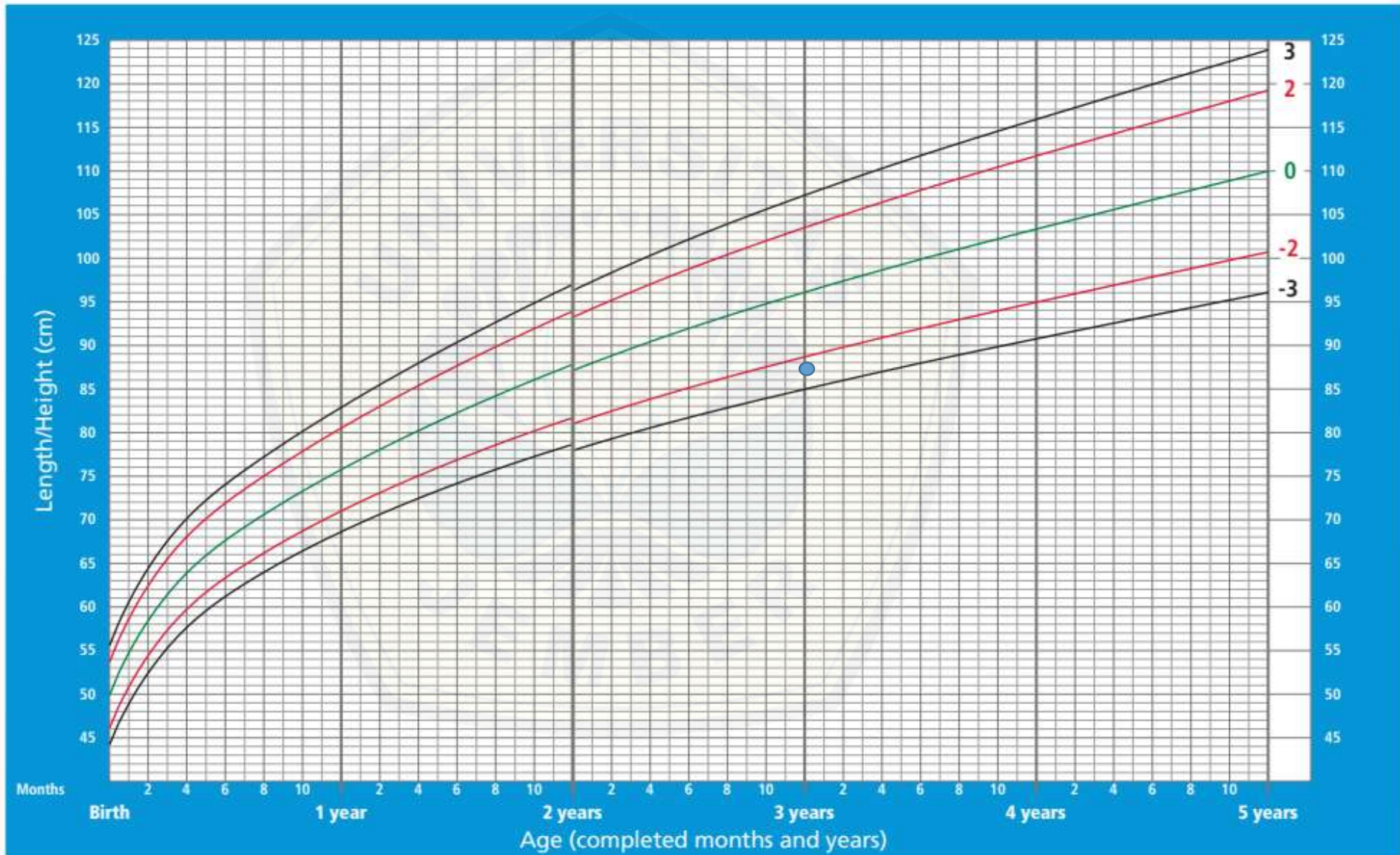
Jika TB terhadap usia < -2 SD disebut ***Stunted*** (Pendek)

Jika TB terhadap usia < -3 SD disebut ***Severly stunted*** (Sangat Pendek)

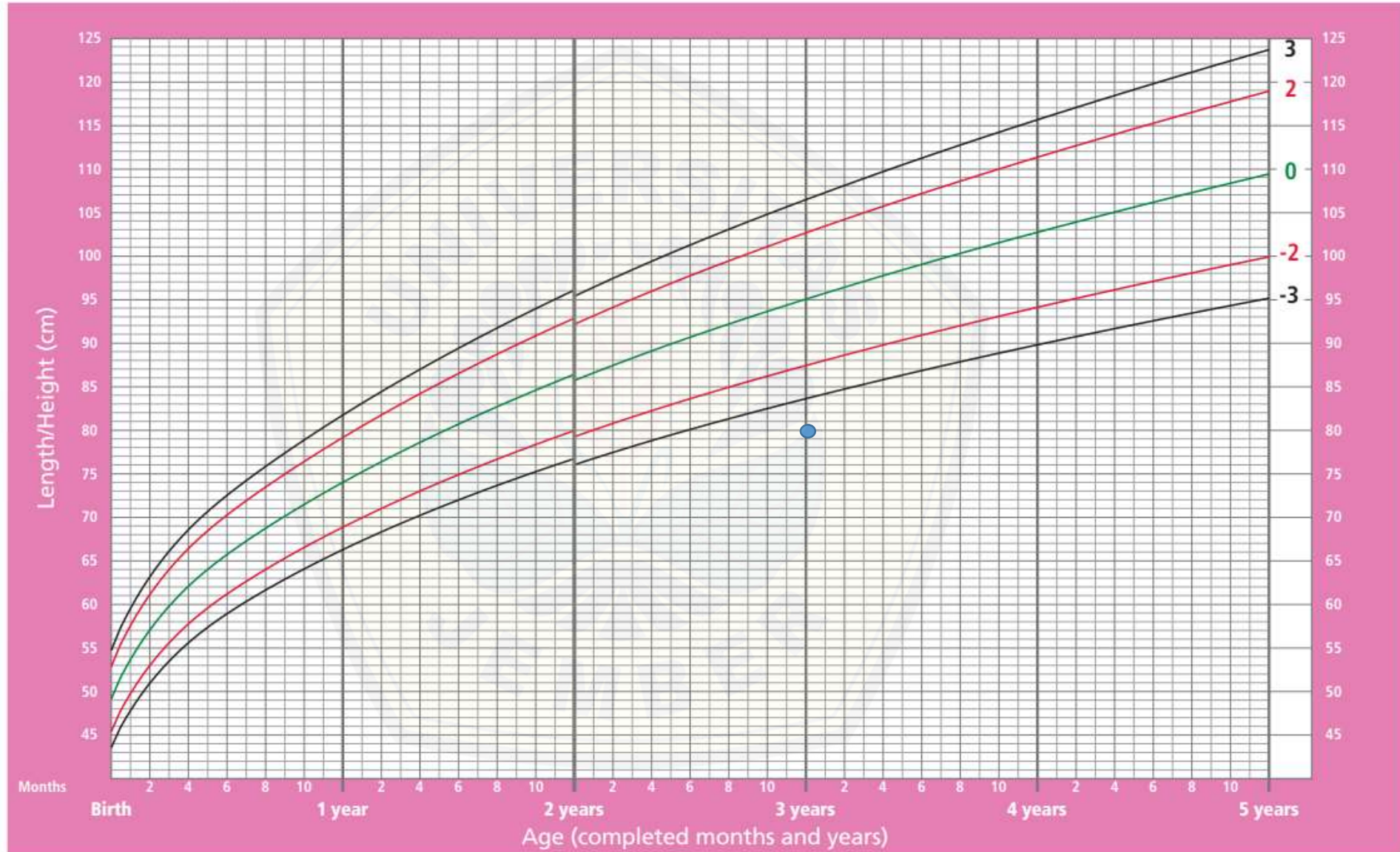
Length/height-for-age BOYS



Birth to 5 years (z-scores)



Birth to 5 years (z-scores)





Kurva standard pertumbuhan WHO

Ada di buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)

Diberikan kepada setiap ibu hamil

Bagaimana caranya?

Mengukur panjang badan (PB)
untuk anak < 2 tahun



Anak dibawah 2 tahun

Mengukur Tinggi Badan (TB)
untuk anak > 2 tahun



Anak diatas 2 tahun

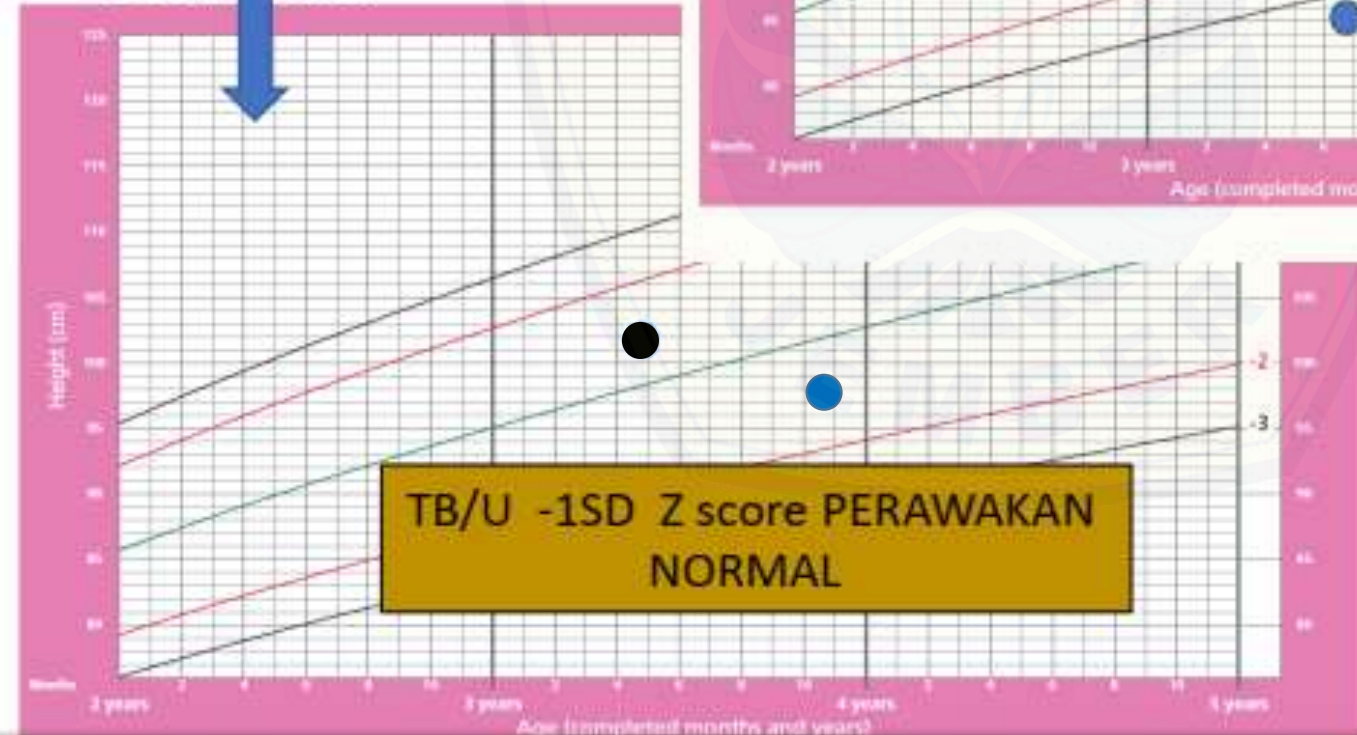


Height-for-age GIRLS
2 to 5 years (z-scores)

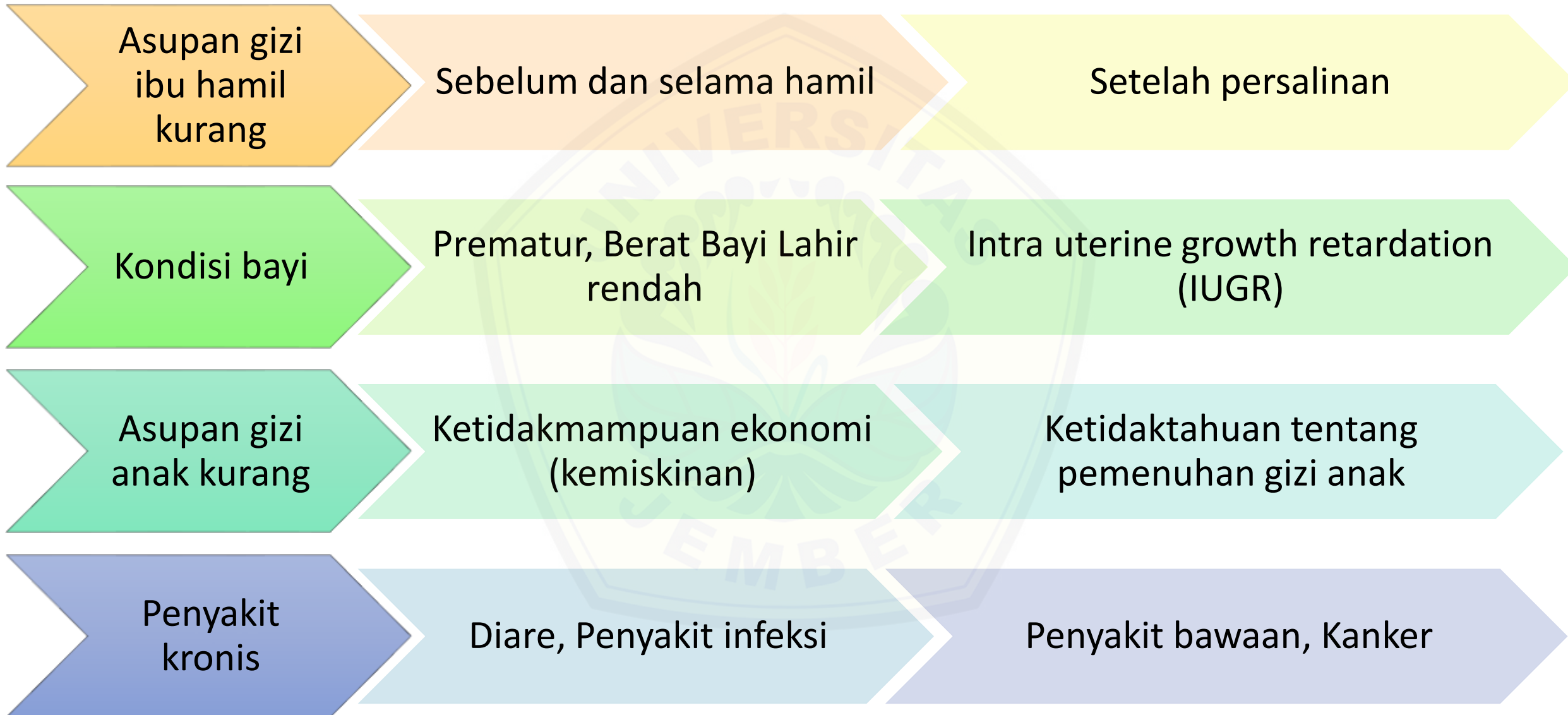


WHO Child Growth Standards

Height-for-age GIRLS
2 to 5 years (z-scores)



Apa penyebab stunting?



Bagaimana perjalanan seorang bayi yang terlahir normal sampai menjadi stunting?

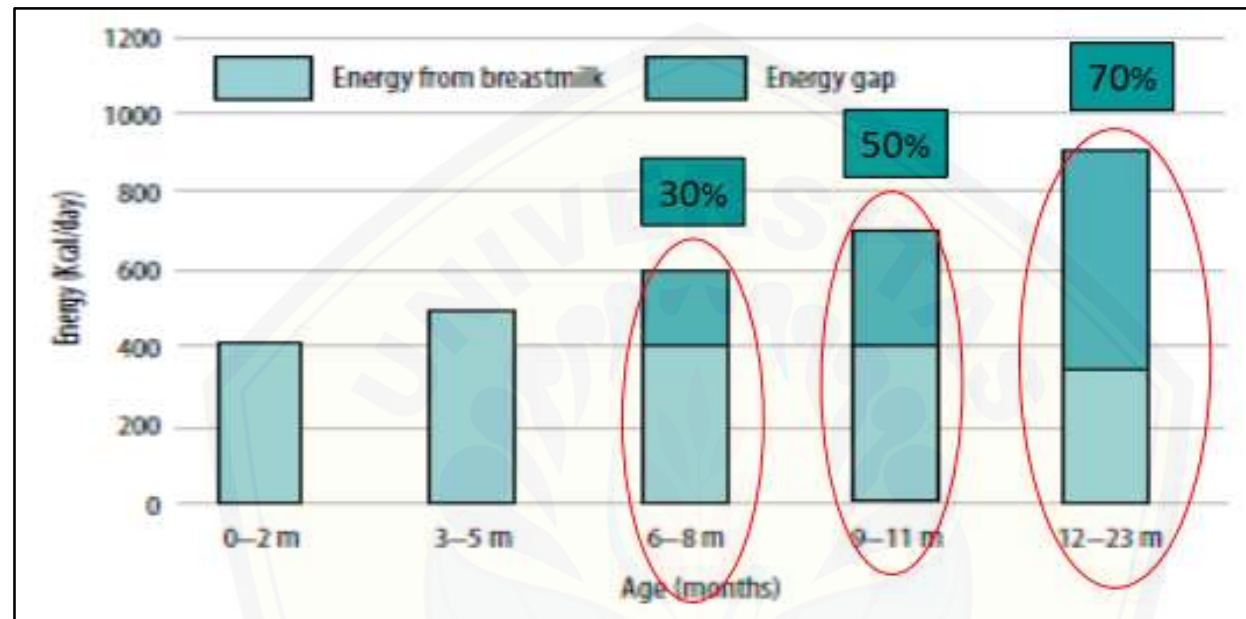


Diawali dengan
(weight faltering/growth faltering/gagal tumbuh)
kenaikan BB dibawah persentil 5 menurut standar tabel
kenaikan berat badan (*weight increment WHO*)

Victoria, De Onis. Pediatrics 2010, Prendergras. Pediatrics 2014, Permenkes 29/2019

Perhatikan jika BB anak tidak naik sesuai kurva standard

Kapan anak sering mulai mengalami gangguan kenaikan BB?

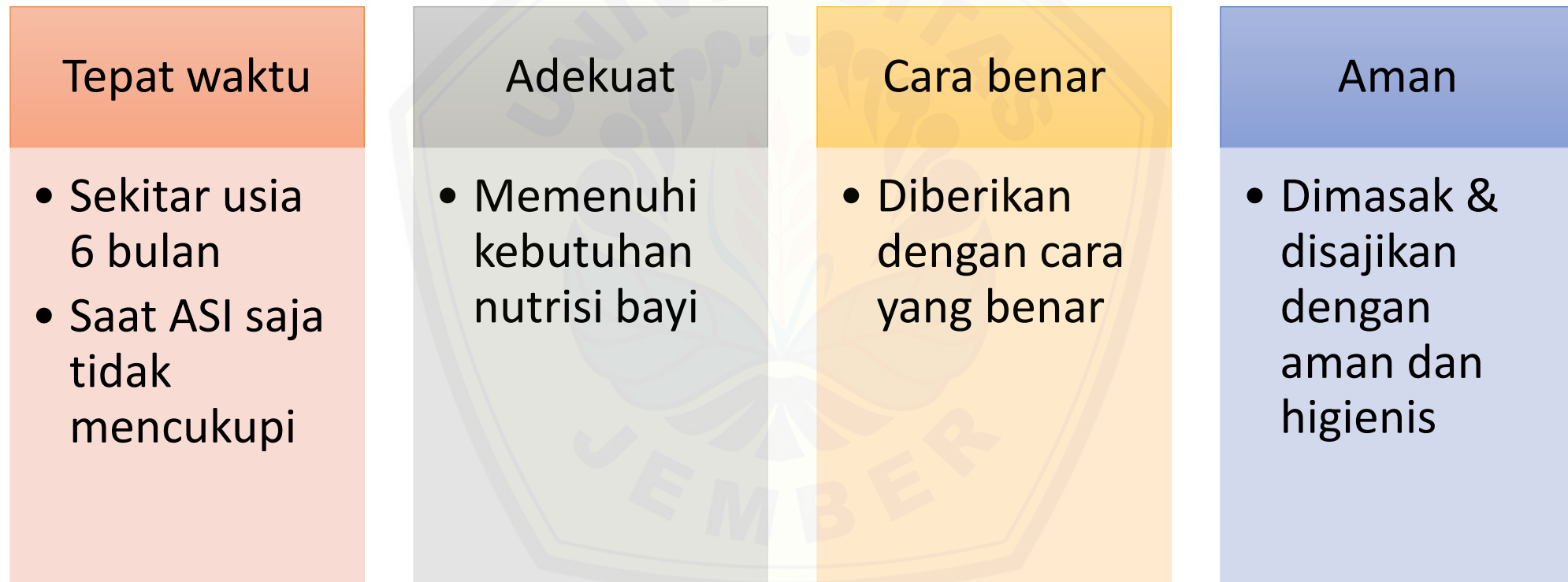


Saat anak usia > 6 bulan, ASI saja tidak cukup

Perlu ditambah **Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI)**

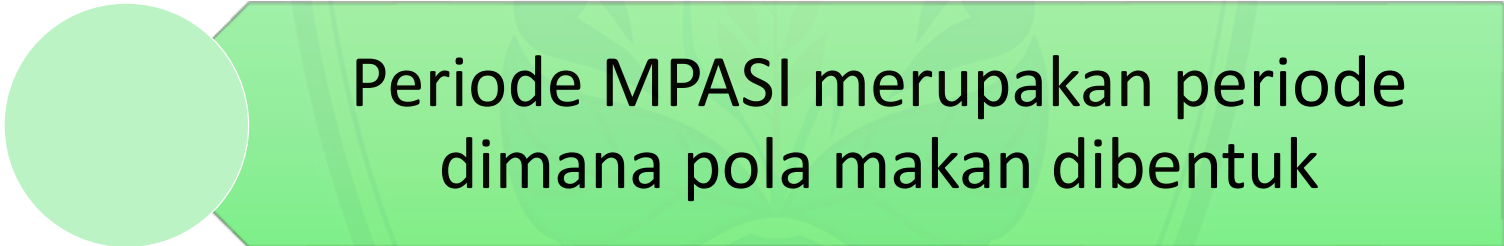
MPASI yang tidak cukup menyebabkan *weight faltering* dan *stunting*

Strategi pemberian MPASI

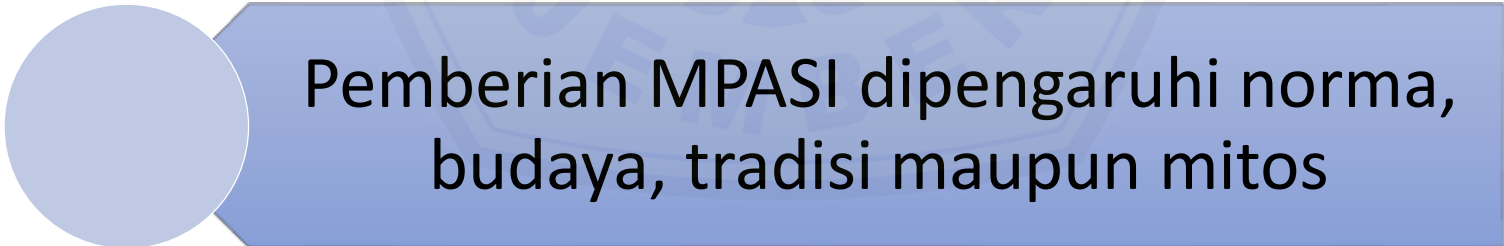




Masa peralihan dari ASI ke MPASI rentan mengalami kekurangan nutrisi



Periode MPASI merupakan periode dimana pola makan dibentuk



Pemberian MPASI dipengaruhi norma, budaya, tradisi maupun mitos

MPASI POPULER DI INDONESIA

Masalah → tidak mengandung protein yang lengkap seperti protein hewani

	Energy	Protein g/100g	Amino acid score	Zn mg/100 g
Broccoli	34	3.10	72 (low leu, meth, cys)	0,4
Pisang	89	1.09	62 (low methionin & cystein)	0,15
Pear	42	0.00	56 (low lysin, phe, tyr, meth, cys, hys)	0,10
Alpukat	160	2.00	129	0,64
Wortel	35	0.93	81 (low meth & cys)	0,24
Kacang hijau	30	3.03	67 (low meth & cys)	0,47
Daun kelor	92	6.7	72 (Low Methionin threonin)	3,29

MPASI ADEKUAT SECARA KUALITAS (USIA 6 BULAN-24 BULAN)

diperlukan untuk mencukupi kebutuhan protein dan lemak saat ASI tidak bisa mencukupi kebutuhan karena jumlahnya sudah berkurang



*Kuadran tidak menggambarkan proporsi

UKK NUTRISI & PENYAKIT METABOLIK 2019

MPASI yang tidak adekuat akan menyebabkan *weight faltering* dan *stunting*

Bagaimana bila asupan tidak dapat memenuhi kebutuhan per hari?

Berikan Oral Nutritional Supplement (susu formula khusus)

Beberapa indikasi:

Small eater
(anak makan sedikit)

Faltering growth (BB tidak naik)

Gizi kurang

Gizi buruk

Oral nutrition Supplement seperti apa yang diharapkan?

Energi
minimal 1
Kkal/ml

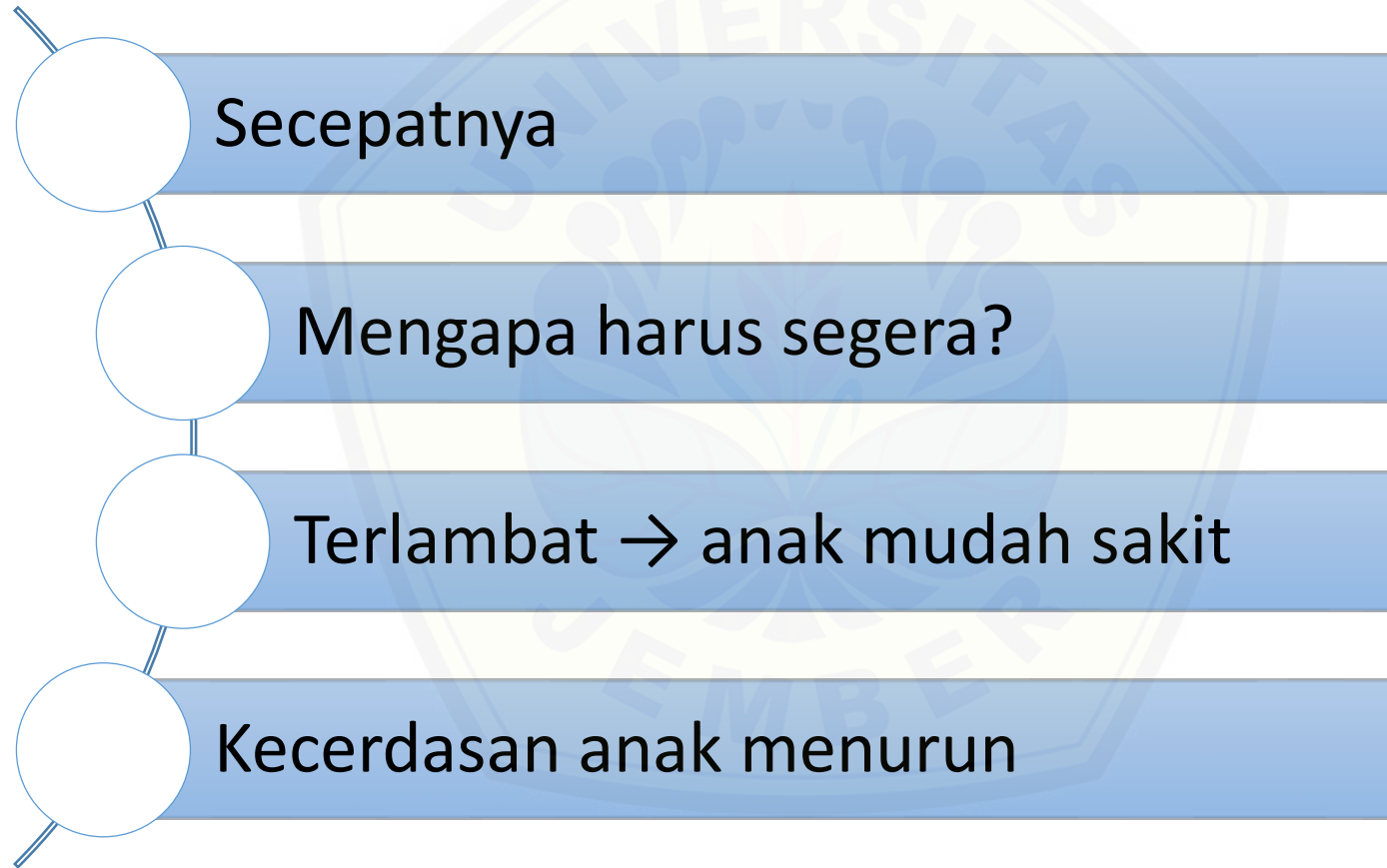
Protein
Energi (PE)
ratio minimal
10%

Tinggi
kandungan
mikronutrien

Kandungan
lemak yang
cukup

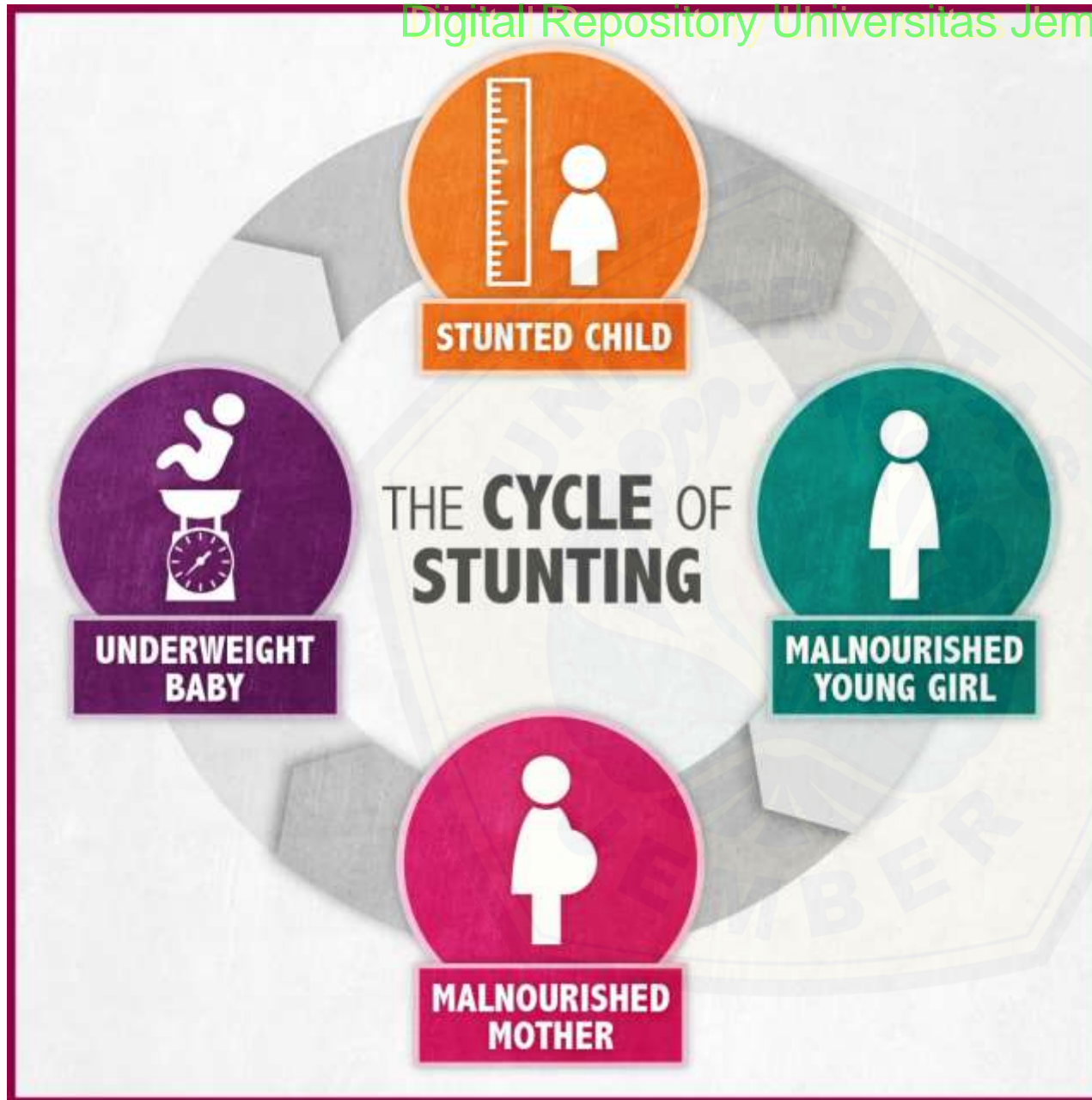
Rasa bisa
diterima anak
(agar rutin)

Kapan dilakukan intervensi?



Apa dampak stunting?





....Apa dampak stunting?

.....Apa dampak stunting?

Menurunkan
sistem imun

Mudah sakit

Gangguan
perkembangan
otak

Kecerdasan (IQ)
rendah

Produktifitas
kurang

Risiko diabetes
dan kanker

Risiko meninggal
muda

Mengapa stunting berpengaruh terhadap kecerdasan anak?

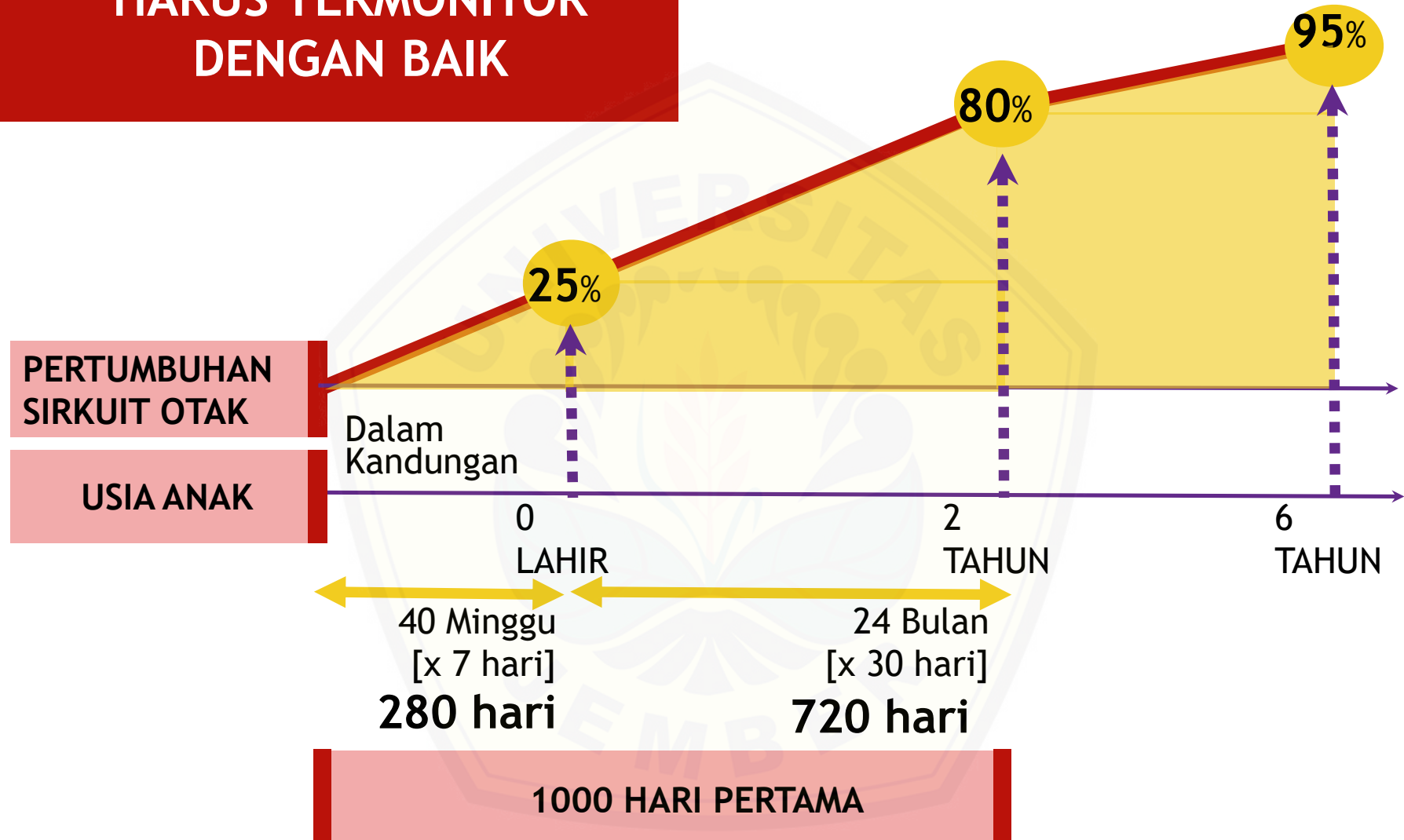
PERCEPATAN PERTUMBUHAN SEL OTAK PADA ANAK

Mulai terbentuk pada usia dua tahun pertama kehidupan (1000 hari pertama kehidupan) → Proses pertumbuhan sel otak memerlukan nutrisi terutama yang mengandung protein dan lemak

25 % pertumbuhan sel otak dipenuhi saat dalam kandungan ibu dan sampai 80% pertumbuhan otak dipenuhi sampai usia 2 tahun

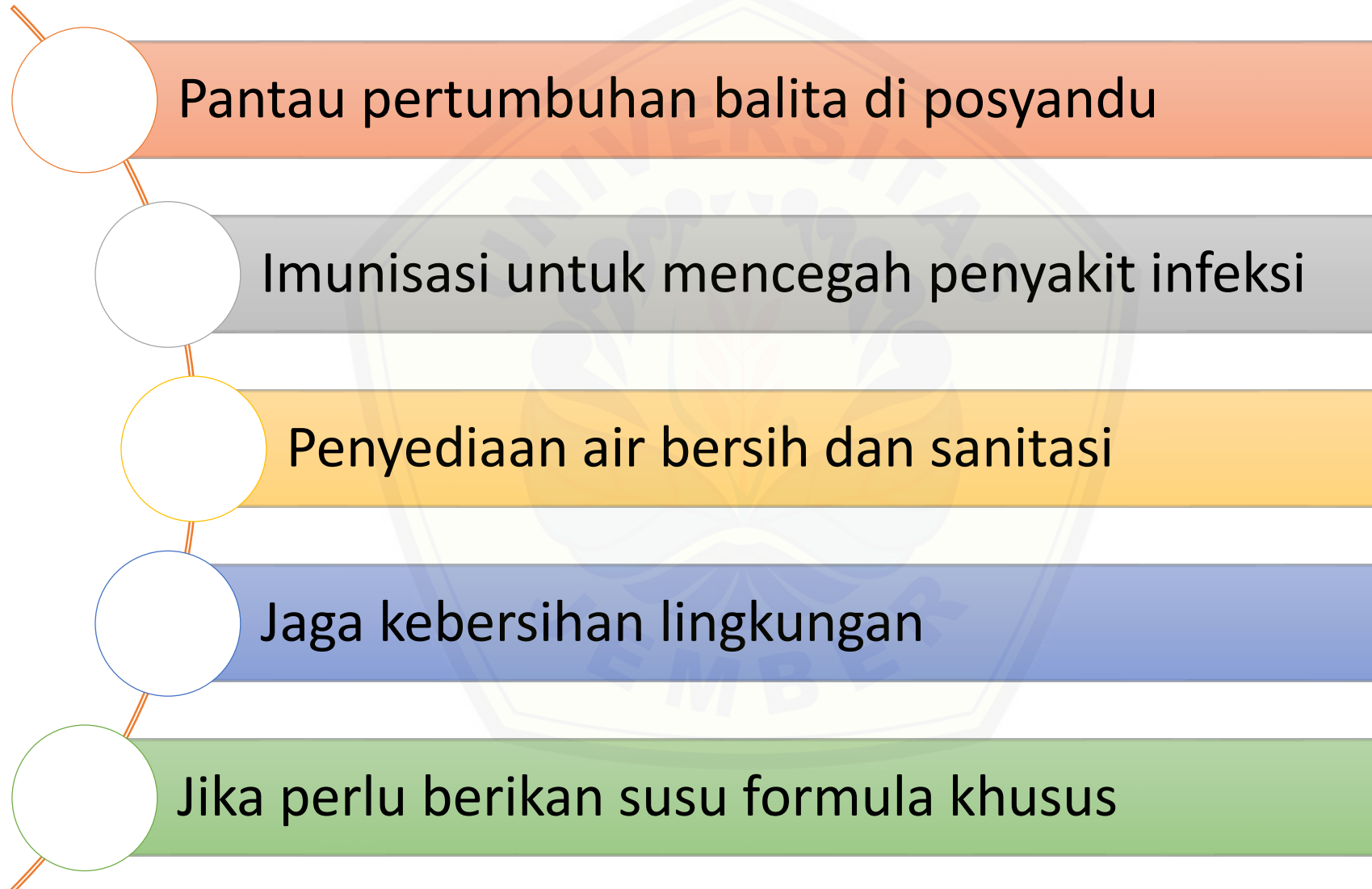


HARUS TERMONITOR DENGAN BAIK



Bagaimana mencegah stunting?

- 1. Penuhi kebutuhan zat gizi ibu hamil
- 2. Periksa ibu hamil (*Ante Natal Care*)
- 3. Pemenuhan gizi bayi dan anak
- 4. Pemberian **ASI eksklusif** sampai 6 bulan
- 5. Pemberian **ASI + MPASI** pada usia > 6 bulan





STUNTING

BISA DIINTERVENSI DENGAN CARA BERIKUT:

Digital Repository Universitas Jember

.....bagaimana mencegah stunting?

Ibu hamil mendapat Tablet Tambah Darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan



Pemberian Makanan Tambahan Ibu Hamil

Makan - makanan sehat untuk pemenuhan gizi



Persalinan Dibantu oleh Dokter atau Bidan yang ahli

IMD (Inisiasi Menyusui Dini)



Berikan Bayi Hanya ASI Eksklusif hingga usia 6 bulan

Tetap berikan ASI dengan tambahan asupan yaitu Makanan Pendamping ASI untuk bayi diatas 6 Bulan hingga 2 tahun



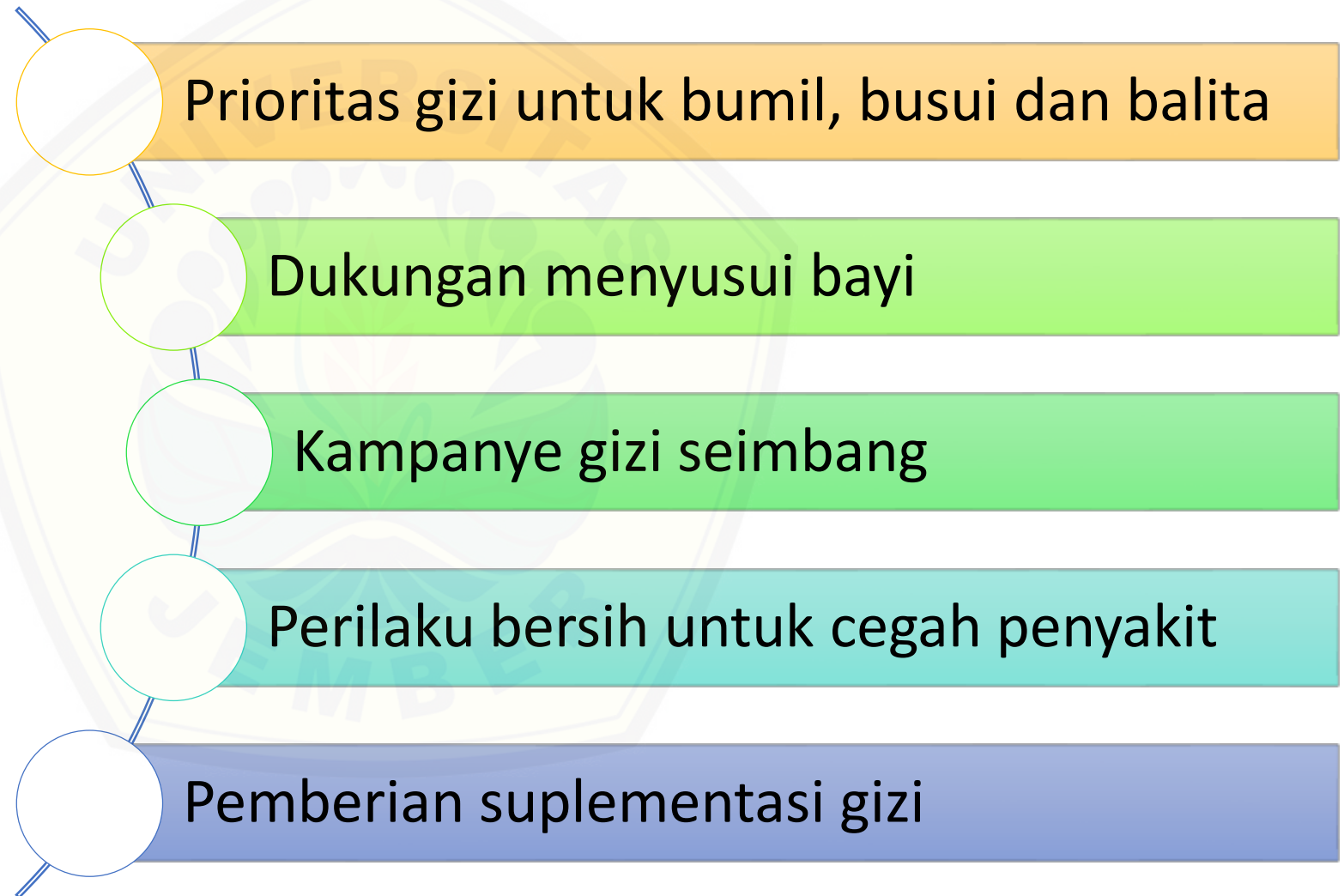
Berikan Imunisasi dasar lengkap dan vitamin A

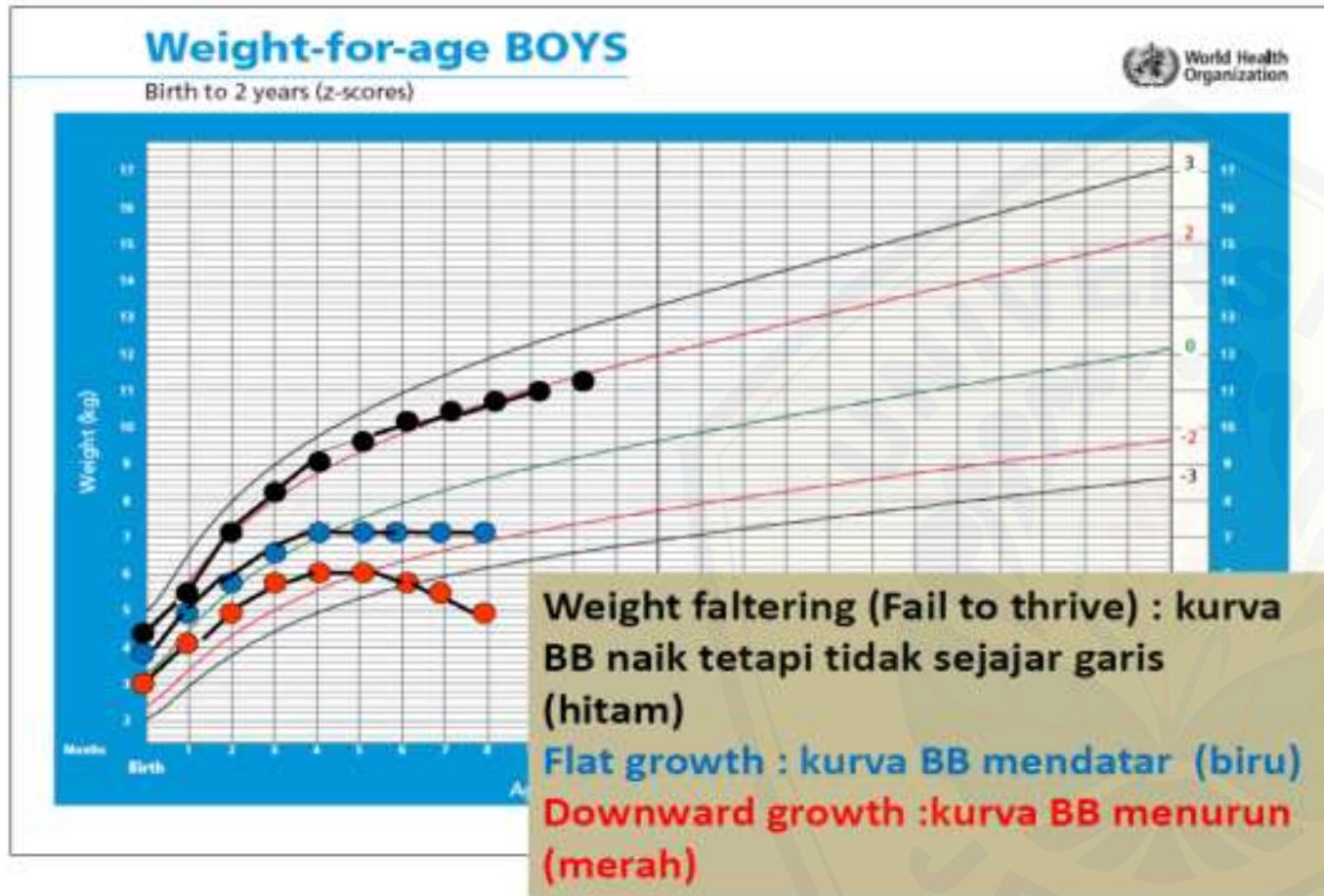
Pantau pertumbuhan balita di Posyandu terdekat



Lakukan Perilaku Hidup Bersih dan sehat

Pencegahan stunting dimasa pandemi Covid-19



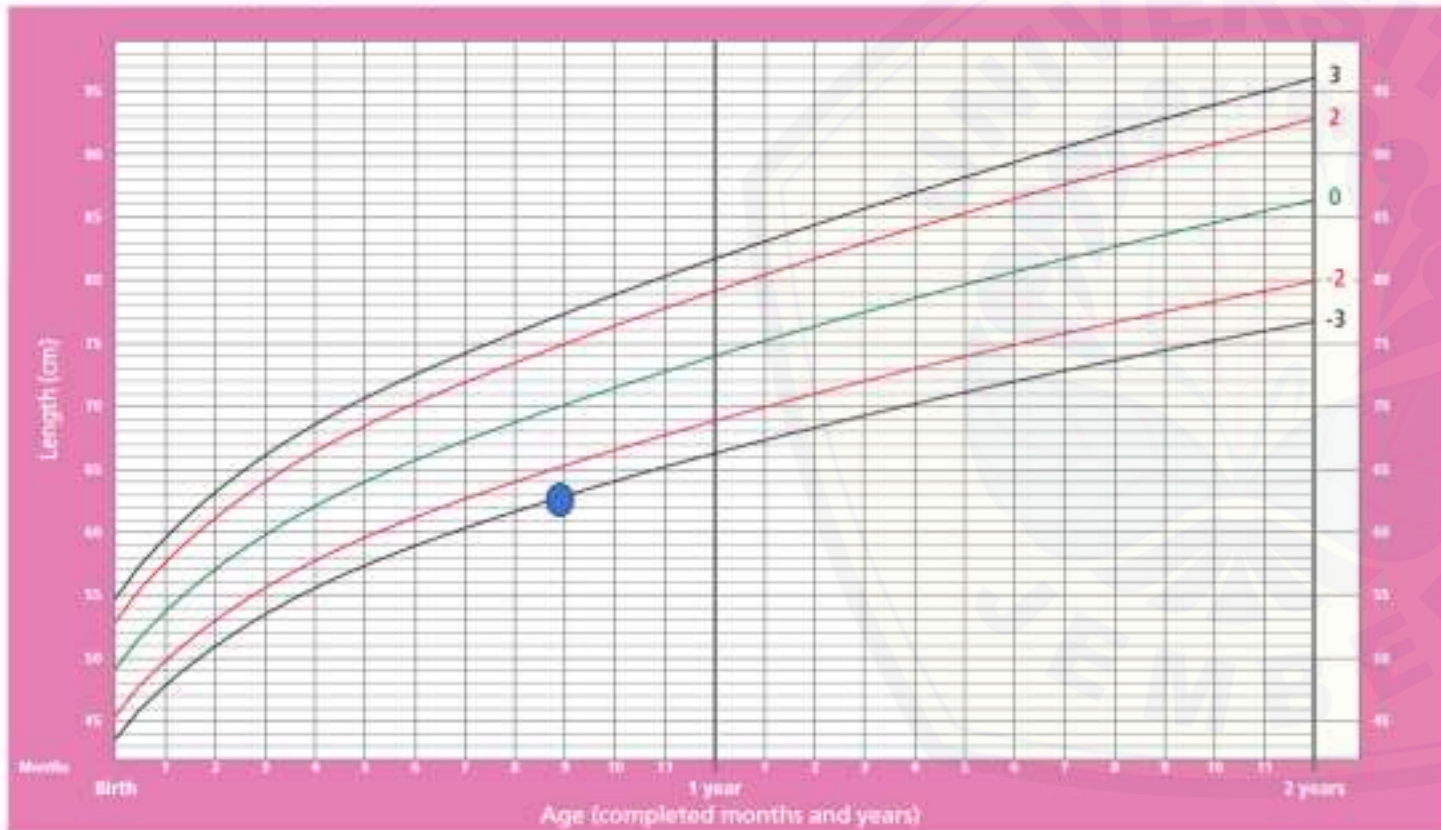


Deteksi dini *weight faltering* (BB tidak naik sesuai kurva standar)

Evaluasi pertambahan BB terutama pada usia < 2 tahun

Length-for-age GIRLS

Birth to 2 years (z-scores)



WHO Child Growth Standards

Menilai Tinggi Badan (TB)

Untuk melihat adakah stunting



Penting:

- Timbang Berat Badan anak
- Ukur Tinggi Badan anak

Gunakan buku KIA

Aturan makan yang benar (*feeding rules*)

- **Jadwal**
 - Makan teratur, yaitu 3x makanan utama dan 2x makanan selingan
 - Susu dapat diberikan 2-3x/hari
 - Waktu makan tidak boleh >30 menit
 - Hanya boleh mengonsumsi air putih di antara waktu makan
- **Lingkungan**
 - Lingkungan yang menyenangkan
 - Tidak makan sambil bermain/nonton televisi/iPad
 - Jangan memberikan makanan sebagai hadiah
- **Prosedur**
 - Biasakan anak untuk makan sendiri
 - Bila anak tidak mau makan (mengatupkan mulut, memalingkan kepala, menangis), tawarkan kembali makanan tanpa memaksa
 - Bila setelah 10-15 menit anak tetap tidak mau makan, sudahi proses makan

Bagaimana jika ada anak stunting?

Bawa ke fasilitas kesehatan untuk dievaluasi

Identifikasi tanda bahaya:

Ada penyakit
jantung bawaan

Ada wajah
dismorfik

Keterlambatan
perkembangan
anak

BB kurang meski dg
asupan gizi cukup

Pembesaran organ
liver atau limpa

ISPA dan ISK
berulang

Muntah atau diare
berulang

Kesimpulan

Stunting karena kurang gizi atau penyakit kronis (saat hamil, bayi dan anak)

Penurunan Berat Badan → penurunan pertumbuhan Tinggi Badan

Banyak dampak negatif stunting terhadap anak

Penting untuk mencegah dan deteksi dini stunting

Intervensi: nutrisi optimal, protein hewani, susu, obati penyakit penyerta.

Peran ortu, petugas kesehatan, pemerintah untuk mencegah stunting

Semoga sehat dan bahagia



Terima kasih