



PETUNJUK TEKNIS **INOVASI**  
**SERBU CETING NASI**  
**MANUAL BOOK**

**2020**

Puskesmas Gunung Putri

---

## I. PENDAHULUAN

Saat ini Indonesia dihadapkan pada Beban Gizi Ganda atau sering disebut *Double Burden*, yang artinya pada saat kita masih terus bekerja keras mengatasi masalah Kekurangan Gizi seperti kurus, stunting, dan anemia, namun pada saat yang sama juga harus menghadapi masalah kelebihan gizi atau obesitas.

Gizi buruk adalah salah satu hal yang menjadi masalah global, termasuk di Indonesia. Pemenuhan gizi yang belum tercukupi baik sejak dalam kandungan hingga bayi lahir dapat menyebabkan terjadinya berbagai masalah kesehatan, baik pada ibu maupun bayinya. Salah satu gangguan kesehatan yang berdampak pada bayi yaitu stunting atau tubuh pendek akibat kurang gizi kronik.

Pemantauan Status Gizi (PSG) 2017 menunjukkan prevalensi Balita stunting di Indonesia masih tinggi, yakni 29,6% di atas batasan yang ditetapkan WHO (20%). Penelitian Ricardo dalam Bhutta tahun 2013 menyebutkan balita stunting berkontribusi terhadap 1,5 juta (15%) kematian anak balita di dunia dan menyebabkan 55 juta anak kehilangan masa hidup sehat setiap tahun.

Untuk menekan angka tersebut, masyarakat perlu memahami faktor apa saja yang menyebabkan stunting. Stunting merupakan kondisi gagal pertumbuhan pada anak (pertumbuhan tubuh dan otak) akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Sehingga, anak lebih pendek dari anak normal seusianya dan memiliki keterlambatan dalam berpikir.

Kekurangan gizi dalam waktu lama itu terjadi sejak janin dalam kandungan sampai awal kehidupan anak (1000 Hari Pertama Kelahiran). Penyebabnya karena rendahnya akses terhadap makanan bergizi, 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 dan baik. Ibu yang masa

remajanya kurang nutrisi, bahkan di masa kehamilan, dan laktasi akan sangat berpengaruh pada pertumbuhan tubuh dan otak anak.

Hasil Riskesdas 2013 menyebutkan kondisi konsumsi makanan ibu hamil dan balita tahun 2016-2017 menunjukkan di Indonesia 1 dari 5 ibu hamil kurang gizi, 7 dari 10 ibu hamil kurang kalori dan protein, 7 dari 10 Balita kurang kalori, serta 5 dari 10 Balita kurang protein.

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.

Untuk mencegahnya, perbanyak makan makanan bergizi yang berasal dari buah dan sayur lokal sejak dalam kandungan. Kemudian diperlukan pula kecukupan gizi remaja perempuan agar ketika dia mengandung ketika dewasa tidak kekurangan gizi. Selain itu butuh perhatian pada lingkungan untuk menciptakan akses sanitasi dan air bersih.

Kondisi stunting adalah kondisi ketika seorang anak gagal berkembang akibat kurang gizi kronis sejak dalam kandungan. Stunting tak hanya berdampak pada fisik anak yang ditandai dengan tinggi badan rendah, melainkan juga menghambat perkembangan kognitif serta kesehatan anak.

Stunting tidak dapat disembuhkan, namun dapat dicegah. Berikut enam langkah pengasuhan yang bisa dilakukan pada masa 1000 Hari Pertama Kehidupan untuk mencegah stunting.

## **II. LATAR BELAKANG**

Sebagian besar masyarakat mungkin belum memahami istilah yang disebut stunting. Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, sehingga

mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar usianya.

Kondisi tubuh anak yang pendek seringkali dikatakan sebagai faktor keturunan (genetik) dari kedua orang tuanya, sehingga masyarakat banyak yang hanya menerima tanpa berbuat apa-apa untuk mencegahnya. Padahal seperti kita ketahui, genetika merupakan faktor determinan kesehatan yang paling kecil pengaruhnya bila dibandingkan dengan faktor perilaku, lingkungan (sosial, ekonomi, budaya, politik), dan pelayanan kesehatan. Dengan kata lain, stunting merupakan masalah yang sebenarnya bisa dicegah.

Salah satu fokus pemerintah saat ini adalah pencegahan stunting. Upaya ini bertujuan agar anak-anak Indonesia dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dan maksimal, dengan disertai kemampuan emosional, sosial, dan fisik yang siap untuk belajar, serta mampu berinovasi dan berkompetisi di tingkat global.

Seringkali masalah-masalah non kesehatan menjadi akar dari masalah stunting, baik itu masalah ekonomi, politik, sosial, budaya, kemiskinan, kurangnya pemberdayaan perempuan, serta masalah degradasi lingkungan. Karena itu, ditegaskan oleh Menkes, kesehatan membutuhkan peran semua sektor dan tatanan masyarakat.

Bonus demografi pada Kabupaten Bogor dianggap menjadi salah satu pendorong pertumbuhan ekonomi Kabupaten Bogor di masa mendatang. Namun bonus demografi dan harapan pertumbuhan ekonomi Kabupaten Bogor itu masih dibayang-bayangi awan kelabu berupa stunting atau masalah gizi buruk.

Dinas Kesehatan Kabupaten Bogor mencatat adanya 32,9 persen atau 282.627 balita dari jumlah keseluruhan 859.501 balita di Kabupaten Bogor menderita stunting hingga akhir tahun 2018. Kondisi ini terjadi karena rendahnya kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi ibu selama

mengandung atau setelah anak dilahirkan, terutama ASI eksklusif selama dua tahun.

Kondisi yang sama juga terjadi di wilayah Puskesmas Gunung Putri. Hasil survey dengan para ibu hamil yang berkunjung ke puskesmas maupun yang mengikuti kelas ibu di posyandu diketahui bahwa pengetahuan mereka tentang pentingnya gizi pada 1000 HPK sangat rendah. Bahkan di antar mereka masih ada yang berpendapat bahwa pemberian makanan tetap diperbolehkan pada bayi di bawah usia 6 bulan dengan alasan agar cepat kenyang. Sebagian di antara mereka yang berstatus ibu bekerja juga berpendapat bahwa pemberian ASI Eksklusif akan sulit terpenuhi bagi ibu bekerja dan lebih mudah jika digantikan dengan susu formula.

Atas dasar itulah Puskesmas Gunung Putri meluncurkan inovasi dengan judul Serbu Ceting Nasi, kependekan dari Senin Rabu Cegah Stunting Dengan Edukasi 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan).

1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan masa emas pertumbuhan dan perkembangan bayi, mulai dari janin dalam kandungan hingga balita berusia 2 tahun. Kurangnya asupan zat gizi, buruknya sanitasi, dan kurangnya imunisasi dapat menjadi penyebab gagalnya tumbuh kembang bayi pada masa ini.

Untuk itu mari bersama kita Kawal 1000 HPK agar generasi selanjutnya dapat tumbuh menjadi generasi tangguh, sehat dan berdaya saing.

### **III. TUJUAN**

#### **1. Tujuan Umum**

Merubah pandangan masyarakat terhadap gizi dan kesehatan, sehingga mampu merubah sikap masyarakat dalam pencegahan stunting

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mengedukasi ibu tentang masalah stunting serta pencegahan stunting sejak 1000 HPK
- b. Meningkatkan status asupan gizi pada ibu hamil
- c. Mencegah kecenderungan stunting pada anak-anak
- d. Mengurangi angka stunting pada anak-anak

## IV. MANFAAT

Memberi motivasi masyarakat untuk memenuhi kebutuhan mereka akan gizi, kesehatan dan hidup bersih.

## V. KEGIATAN POKOK DAN RINCIAN KEGIATAN

### 1. Kegiatan Pokok

Memberikan edukasi tentang stunting sejak 1000 HPK baik dilakukan setiap hari senin di dalam gedung (puskesmas) dan hari rabu di luar gedung pada kegiatan kelas ibu/ posyandu. Selain itu juga, dilakukan edukasi gizi melalui media komunikasi whatsapp. Dalam kegiatan ini juga dilakukan penyebaran leaflet tentang 1000 HPK bagi anak

### 2. Rincian Kegiatan

- a. Pengelola gizi memberikan edukasi tentang stunting baik di dalam gedung dan di luar gedung
- b. Pengelola gizi memberikan pemantauan pertumbuhan terhadap ibu hamil dan anak sejak lahir sampai dengan balita dengan pemantauan kondisi fisik ibu dan anak
- c. Pengelola gizi melayani bentuk pertanyaan ibu melalui media komunikasi whatsapp

## VI. CARA MELAKSANAKAN KEGIATAN

### 1. Dalam Gedung

Kegiatan Serbu Ceting Nasi di dalam gedung dilaksanakan setiap hari senin yaitu pada saat kunjungan ibu hamil ke Puskesmas Gunung Putri. Setelah dilakukan pemeriksaan ibu hamil oleh dokter, maka petugas KIA akan memberikan konseling kepada ibu hamil dengan harapan meningkatnya kesadaran dan pengetahuan akan pentingnya gizi di 1000 HPK.

### 2. Luar Gedung/Posyandu

Kegiatan Serbu Ceting Nasi di luar gedung dilakukan dengan didampingi kader kesehatan pada kelas ibu. Kegiatan Serbu Ceting Nasi dilaksanakan di Posyandu. Di posyandu terdapat 5 (lima) meja yaitu : 1) pendaftaran, 2) pengukuran tinggi badan dan berat badan, 3) pencatatan, 4) penyuluhan gizi, dan 5) pelayanan kesehatan. Tugas meja ke-2 dan ke-3 ini penting dalam menentukan bagaimana status gizi bayi balita terutama status tinggi badan menurut umur untuk mendeteksi kejadian stunting.

Kader posyandu sebagai penggerak posyandu selain bertugas pada pengelolaan lima meja posyandu, juga mengingatkan masyarakat jadwal posyandu, menghimbau ibu hamil dan orang tua balita agar datang ke posyandu untuk memantau status gizi dan kesehatan. Jika ditemukan balita yang mengalami masalah gizi termasuk stunting, kader akan melaporkan kepada bidan desa dan merujuk kepada puskesmas agar mendapatkan penanganan. Kader juga yang menyalurkan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) dari puskesmas kepada balita gizi kurang ataupun stunting. Stunting dapat dicegah dengan memenuhi asupan gizi seimbang ibu sejak masa pra konsepsi (pembuahan) hingga masa 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan) yaitu bayi usia 2 tahun.

## VII. JADWAL DAN TAHAPAN INOVASI “SERBU CETING NASI”

Kegiatan diawali dengan perumusan latar belakang tentang permasalahan yang ditemui di lapangan. Kemudian dari latar belakang tersebut dirumuskan sebuah ide dengan membentuk suatu inovasi yang dapat memberikan dampak positif dari permasalahan yang selama ini ditemui di lapangan. Selanjutnya berkonsultasi dengan lintas program dan Kepala Puskesmas selaku pimpinan. Lanjut kepada perencanaan inovasi dengan membentuk tim serta kegiatan yang ada di dalam inovasi. Setelah inovasi terbentuk, selanjutnya adalah melakukan penyuluhan kepada sasaran inovasi. Setelah dilakukan penyuluhan, inovasi dapat diimplementasikan serta dievaluasi mengenai perkembangan dari inovasi tersebut.

Tabel 1. Tahapan Inovasi Serbu Ceting Nasi

NO	KEGIATAN	WAKTU	KETERANGAN
1	Penjaringan Aspirasi	Januari 2020	Penjaringan di lapangan
2	Perumusan Ide / Gagasan	Januari 2020	Perumusan ide dari masukan semua pihak / koordinasi dengan Kepala Puskesmas
3	Penyusunan Rancangan Kegiatan	Januari 2020	Menyusun tim pengelola inovasi dan linsek
4	Implementasi	Februari 2020	Pelaksanaan di puskesmas dan posyandu



Keterangan:

1. Pengelola program gizi melihat perkembangan kegiatan gizi di posyandu serta laporan-laporan masyarakat khususnya yang berkaitan dengan stunting
2. Pengelola program gizi melaporkan setiap kegiatan kepada Kepala Puskesmas untuk mencari solusi Bersama-sama
3. Kepala Puskesmas Bersama pengelola program gizi mencoba melihat situasi yang ada dengan mencoba mengusulkan inovasi dengan kegiatan yang bermanfaat
4. Pengelola program gizi mencoba berkoordinasi dengan lintas sektor di damping oleh pengelola program UKM untuk membentuk suatu inovasi serta tim yang terlibat di dalamnya dan terbentuklah inovasi Serbu Ceting Nasi
5. Pengelola program gizi mengusulkan inovasi Serbu Ceting Nasi ini kepada Kepala Puskesmas dengan langsung dibuatkannya Surat Keputusan Kepala Puskesmas yang ditandatangani oleh Kepala Puskesmas
6. Pengelola program gizi mengadakan kegiatan sosialisasi kepada lintas sektor guna menjelaskan mengenai inovasi Serbu Ceting Nasi ini sekaligus mengadakan bimtek
7. Pengelola program Bersama tim inovasi Ceting Nasi mengadakan sosialisasi pelaksanaan inovasi Serbu Ceting Nasi
8. Tim inovasi Ceting Nasi melaksanakan kegiatan inovasi Serbu Ceting Nasi di Posyandu dengan mengadakan penyuluhan stunting 1000 HPK, kegiatan kelas ibu hamil, pengukuran antropometri
9. Pengelola inovasi melakukan survei kepuasan masyarakat terhadap pemanfaatan inovasi Serbu Ceting Nasi

## VIII. EVALUASI PELAKSANAAN

Evaluasi pelaksanaan kegiatan dilakukan setelah pelaksanaan kegiatan. Laporan evaluasi kegiatan dibuat oleh petugas gizi. Pencatatan dan pelaporan dilaksanakan di Puskesmas, data dan informasi dari hasil pencatatan diolah dan dianalisa dan dilaporkan ke Dinas Kesehatan.

Gunungputri, Januari 2020  
Mengetahui Kepala Puskesmas



Dr. Prima Artha Tarigan  
NIP. 196305151991032004