



PROSIDING SEMINAR NASIONAL KUSUMA III
Kualitas Sumberdaya Manusia
“Refleksi Budaya Kemajapahitan: *SDM Unggul Menuju Indonesia Emas 2045 berbasis Sainstek Berwawasan Lingkungan dan Kewirausahaan*”

Aktivitas Fisik pada Balita Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Anyar Surabaya

Emillia Devi Dwi Rianti^{1*}, Wahyuni Dyah Parmasari², Sukma Sahadewa³

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya^{1,2,3}

*email korespondensi penulis: emilia@ukws.ac.id

Abstrak

Latar belakang: Stunting merupakan kondisi dari malnutrisi yang berhubungan dengan kepadatan tulang, aktivitas fisik pada anak. Salah satu faktor untuk menjadikan perhatian pada anak yaitu aktivitas. Karena dengan aktivitas dengan melakukan gerakan tubuh serta kerja otot – otot tubuh merupakan kerja motorik kasar. Motorik kasar merupakan salah satu dari perkembangan anak. **Tujuan:** pengabdian masyarakat yaitu, mengetahui aktivitas fisik pada balita stunting di wilayah kerja puskesmas Gunung Anyar Surabaya. **Metode:** menggunakan yang digunakan adalah memberikan edukasi tentang stunting dan pemberian kuesioner tentang aktivitas. **Hasil:** aktivitas balita dengan melakukan lompat tali diperoleh data tertinggi 42 % dengan tidak melakukan aktivitas lompat tali, dan melakukan aktivitas 1-2 kali sebesar 18 %. Aktivitas melakukan berlari dalam 7 kali atau lebih sebesar 47 % dan aktivitas bersepeda yang tidak bersepeda 23 %, melakukan bersepeda 7 kali atau lebih 23 %. **Kesimpulan:** Aktivitas balita di wilayah kerja puskesmas Gunung Anyar lebih banyak berlari dengan 47 % (8 balita) dan berlari dapat membantu memperbaiki kualitas otot untuk bergerak.

Kata Kunci: aktivitas fisik, motorik, stunting

PENDAHULUAN

Jangka Panjang yang dikarenakan dengan kekurangan gizi sehingga menimbulkan masalah tumbuh kembang anak salah satunya tinggi badan disebut dengan malnutrisi. Kemenkes (2018) menjelaskan bahwa malnutrisi disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka waktu lama sehingga dapat menimbulkan masalah tumbuh kembang anak hal tersebut dapat disebut dengan stunting. Kejadian stunting dalam penelitian yang dilakukan Harahap dkk (2018) menjelaskan bahwa adanya hubungan secara signifikan stunting dengan kepadatan tulang, aktivitas fisik serta konsumsi protein pada anak usia sekolah. Kepadatan tulang rendah pada anak akan berisiko menjadi stunting 5,3 kali dibandingkan dengan anak yang memiliki kepadatan tulang normal, pada aktivitas fisik yang sedang akan menjadi faktor proteksi untuk kejadian stunting dibandingkan dengan anak yang memiliki aktivitas tinggi.

Tumbuh kembang anak perlunya dilakukan pemantauan oleh semua pihak, dan perlunya mengetahui ciri-ciri dan tumbuh kembang anak berdasarkan prinsipnya. Meliputi Gerakan yang dilakukan anak berdasarkan usia, perilaku maupun kata-kata yang diucapkan berdasarkan intervensi serta deteksi tumbuh



PROSIDING SEMINAR NASIONAL KUSUMA III

Kualitas Sumberdaya Manusia

“Refleksi Budaya Kemajapahitan: SDM Unggul Menuju Indonesia Emas 2045 berbasis Sainstek Berwawasan Lingkungan dan Kewirausahaan”

kembang anak terutama pada balita (Kusuma, 2019). Indonesia memiliki masyarakat dengan kondisi memiliki permasalahan yaitu, salah satunya gizi dengan gizi kurang (malnutrisi) dan gizi berlebih (obesitas). Kebutuhan akan gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan anak agar tumbuh ideal diharapkan tidak terjadi penyimpangan. Pemahaman akan gizi itu sendiri sudah dipahami oleh masyarakat salah satunya gizi dapat mempengaruhi kesehatan tubuh manusia, dengan gizi yang ideal akan mempengaruhi perkembangan kecerdasan, kesehatan dan ketrampilan yang dapat mendukung anak tumbuh secara normal berdasarkan usia.

Malnutrisi dalam jangka waktu yang panjang merupakan kelainan dari pertumbuhan sehingga terjadilah stunting, dengan penyebabnya salah satunya aktivitas fisik. Dengan melakukan aktivitas fisik yang menjadi cara untuk menstimulasi anak agar tidak terjadi stunting. Kegiatan tubuh dapat dilakukan oleh anak adalah dengan melakukan olahraga, bertujuan untuk menyeimbangkan pengeluaran serta pemasukan zat gizi berupa energi untuk tubuh. Selain dari pada itu aktivitas fisik dapat memperlancar sistem metabolisme di dalam tubuh, maka perannya berfungsi menyeimbangkan zat gizi yang keluar dan yang masuk ke dalam tubuh (Indah, 2022). Menurut Haeril (2023) bahwa dalam membantu memperbaiki kualitas tulang dan otot, peningkatan pertumbuhan serta perkembangan anak maka diperlukan aktivitas fisik.

Salah satu konsentrasi pemerintah dalam meningkatkan status gizi di Indonesia yaitu upaya promotif dan pendampingan secara komprehensif. Hal ini sesuai dengan rancangan unggulan dari Fakultas Kedokteran UWKS yaitu pengentasan stunting, yang salah satunya diterapkan melalui implementasi Tri Dharma perguruan tinggi yaitu pengabdian Masyarakat ini. Tujuan diadakan pengabdian masyarakat ini adalah mengetahui aktivitas pada balita di wilayah kerja Puskesmas Gunung Anyar Surabaya. Pengabdian masyarakat diharapkan memberikan pengetahuan kepada orang tua terhadap pentingnya peningkatan status gizi dengan mengamati aktivitas balita. Output atau luaran dari kegiatan ini diharapkan dapat bermanfaat dan membuka wawasan yang baru mengenai pentingnya status gizi dengan aktivitas fisik balita. Berangkat dari data Kec. Gunung Anyar tahun 2023 terdapat, stunting 12 balita untuk kelurahan Gunung Anyar 5 anak, kelurahan Gunung Anyar tambak 2 anak, kelurahan Rungkut Menanggal 3 anak, kelurahan Rungkut Tengah 2 anak. Sedangkan kategori balita Pra Stunting 3 anak, yang terdiri dari kelurahan Gunung Anyar 1 anak, kelurahan Rungkut Menanggal 1 anak, kelurahan Rungkut Tengah 1 anak. Tahun 2023 pada kecamatan Gunung Anyar ditemukan bayi rawan stunting sebanyak 30 anak dan Bumil KEK 11 orang. Dari data sekunder yang kami dapat ini menggambarkan tingginya angka status gizi yang buruk serta perlunya pendampingan dari fasilitas kesehatan dan Masyarakat. Kami sebagai pengajar Fakultas kedokteran mempunyai peran sebagai pengabdian Masyarakat yang mendampingi sesuai dengan aspek keilmuan.



PROSIDING SEMINAR NASIONAL KUSUMA III

Kualitas Sumberdaya Manusia

“Refleksi Budaya Kemajapahitan: *SDM Unggul Menuju Indonesia Emas 2045 berbasis Sainstek Berwawasan Lingkungan dan Kewirausahaan*”

METODE PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Tempat dan Waktu Penyelenggaraan dengan melaksanakan kegiatan yaitu, memberikan edukasi tentang “Pentingnya Gizi untuk Aktivitas Balita” dan pelaksanaan dilakukan pada 8 Mei 2023 serta jam 09.30 WIB – 11.00 WIB, di Balai Kecamatan Gunung Anyar Surabaya, dan diikuti semua orang tua balita. Metode pengabdian masyarakat ini memberikan penyuluhan dan alat yang digunakan adalah lembaran pre tes dan post tes serta pena yang diberikan kepada peserta untuk diisi. Peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah balita stunting di wilayah kerja puskesmas Kecamatan Gunung Anyar Surabaya. Tahapan pelaksanaan yang dilakukan adalah:

1. Peserta mengisi daftar hadir dan diberikan lembaran pre tes serta pena
2. Selesai mengisi pre tes peserta yang sudah hadir mendengarkan penyuluhan dengan memberikan edukasi tentang “Pentingnya Gizi untuk Aktivitas Balita”
3. Memberikan peserta untuk bertanya terkait edukasi
4. Selesai dengan penyuluhan, kemudian peserta diminta untuk mengisi post tes yang bentuk pertanyaannya sama dengan pre tes.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Gunung Anyar Surabaya adalah, Kecamatan Gunung Anyar seluar ±9,52km² yang terbagi menjadi 4 (empat) kelurahan dengan 29 RW dan 152 RT. Batas wilayah kerja puskesmas Gunung Anyar adalah:

- Sebelah Utara : Kecamatan Rungkut
- Sebelah Timur : Selat Madura
- Sebelah Selatan : Kecamatan Waru Kabupaten

Penelitian ini terdapat 17 responden atau sampel yang terdapat di wilayah kerja puskesmas kecamatan Gunung Anyar. Dari 17 responden tersebut diberi kuesioner untuk diisi, dan dalam kuesioner tersebut berisi pertanyaan tentang aktivitas yang dilakukan oleh balita. Aktivitas jasmani di waktu luang yang dilaksanakan oleh Balita di wilayah kerja puskesmas Gunung Anyar Surabaya:

Tabel 1. Hasil data aktivitas balita dengan melakukan lompat tali

Aktivitas Lompat Tali		%
Tidak pernah	7	42
3-4 kali	1	6
1-2 kali	3	18
5-6 kali	-	-
7 atau lebih	2	11
Tidak menjawab	4	23
Total	17	100

Tabel 2. Hasil data aktivitas balita dengan melakukan kegiatan berlari

Aktivitas Berlari		%
Tidak pernah	-	-
3-4 kali	3	18
1-2 kali	1	6
5-6 kali	3	18
7 atau lebih	8	47
Tidak menjawab	2	11
Total	17	100

Tabel 3. Hasil data aktivitas balita dengan melakukan kegiatan bersepeda

Aktivitas Bersepeda		%
Tidak pernah	4	23
3-4 kali	1	6
1-2 kali	3	18
5-6 kali	2	12
7 atau lebih	4	23
Tidak menjawab	3	18
Total	17	100



Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan pada balita stunting di puskesmas Gunung Anyar Surabaya

Wilayah kerja puskesmas Gunung Anyar yang berada di Surabaya bagian Timur memiliki alamat; Jl. Gn. Anyar Tim. No.70, Gn. Anyar, Kec. Gn. Anyar, Surabaya, Jawa Timur 60294. Puskesmas merupakan unit pelaksana teknis kesehatan di bawah supervisi Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota. Salah satu puskesmas di Kota Surabaya adalah Puskesmas Gunung Anyar yang memiliki status akreditasi utama. Puskesmas Gunung Anyar terletak di Jl. Gunung Anyar Lor No.70, Gunung Anyar, Surabaya (60294) dan memiliki wilayah kerja meliputi Kelurahan Gunung Anyar, Kelurahan Rungkut Menanggal, Kelurahan Rungkut



PROSIDING SEMINAR NASIONAL KUSUMA III
Kualitas Sumberdaya Manusia
“Refleksi Budaya Kemajapahitan: *SDM Unggul Menuju Indonesia Emas 2045 berbasis Sainstek Berwawasan Lingkungan dan Kewirausahaan*”

Tengah, dan Kelurahan Gunung Anyar Tambak. Visi dari Puskesmas Gunung Anyar adalah “Mewujudkan UPTD Puskesmas Gunung Anyar menjadi pilihan utama masyarakat Kecamatan Gunung Anyar dan sekitarnya dalam mendapatkan pelayanan kesehatan yang bermutu” dengan misi yaitu :

1. Meningkatkan mutu pelayanan kesehatan
2. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan sumber daya manusia
3. Meningkatkan peran serta masyarakat di bidang kesehatan

Pengabdian masyarakat peserta pelaksanaan edukasi yaitu orang tua balita dan balita stunting dengan mengamati aktivitas yang dilakukan diperoleh hasil data pada tabel 1 yang menanyakan tentang aktivitas yang dilakukan balita dengan lompat tali. Data aktivitas lompat tali dengan responden menjawab tidak melakukan lompat tali sebesar 7 responden (42 %) dan menjawab melakukan lompat tali 1-2 kali sebanyak 3 responden (18 %). Jelas menunjukkan bahwa balita dengan usia 1-5 tahun di kecamatan Gunung Anyar tidak melakukan kegiatan lompat tali. Lompat tali merupakan salah satu permainan dengan posisi lompat, dengan kegiatan tersebut balita akan banyak menggerakkan badan. Menurut Shandi (2018) bahwa lompat tali gerakan melompat yang dilakukan secara berpasangan bisa juga dengan cara skipping yaitu memegang kedua ujung tali lalu diayunkan melewati kepala dan kaki sambil dilompati berulang-ulang sehingga sampai diperoleh hasil yang diinginkan. Lompat tali merupakan permainan yang banyak menggerakkan badan, dan menjaga keseimbangan badan serta otot-otot tubuh berkerja. Maka sesuai dengan Kamtini and Kaban (2016) bahwa Perkembangan fisik motorik merupakan salah satu dari 6 aspek perkembangan anak yang amat penting untuk dikembangkan khususnya motorik kasar. Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar, sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri.

Hasil data pada tabel 2 menunjukkan bahwa aktivitas berlari menunjukkan bahwa dari 17 sampel atau responden menunjukkan 8 responden (47 %) melakukannya lebih dari 7 kali. Ini berarti bahwa aktivitas berlari banyak dilakukan oleh balita. Berlari merupakan salah satu jenis olah raga yang menggerakkan kaki dan otot-otot untuk bergerak. Lari merupakan salah satu cabang olahraga tertua di dunia. Sebelum menjadi sebuah cabang olahraga, lari sudah dikenal oleh peradaban manusia kuno. Lari juga salah satu gerakan yang paling dasar dalam kehidupan sehari-hari. Gerakan lari menuntut keseimbangan koordinasi gerak mata, tangan dan kaki (Sukriadi,2018).

Tabel 3 menunjukkan bahwa aktivitas bersepeda yang dilakukan oleh balita 4 (23 %) responden tidak melakukan dan 4 (23 %) responden melakukannya lebih dari 7 kali. Gerakan bersepeda tidak ubahnya dengan aktivitas berlari yang menggerakkan kaki dan otot – otot kaki atau menggunakan motorik kasar. Bermain sepeda adalah melatih kemampuan motorik kasar anak. gerak motorik kasar adalah



PROSIDING SEMINAR NASIONAL KUSUMA III
Kualitas Sumberdaya Manusia
“Refleksi Budaya Kemajapahitan: SDM Unggul Menuju Indonesia Emas
2045 berbasis Sainstek Berwawasan Lingkungan dan Kewirausahaan”

gerak anggota badan secara kasar atau keras. Anak sudah dapat melakukan gerakan secara serentak pada waktu yang bersamaan dengan mengkombinasikan secara terorganisir semua bagian tubuhnya. Kemampuan gerak secara simultan telah lengkap dikuasai dengan kecepatan yang cukup serta daya tahan tubuh yang baik (Brantasari, 2020)

Aktivitas lompat tali, berlari, dan bersepeda merupakan gerakan menggunakan motorik kasar. Aktivitas tersebut adalah gerakan yang membutuhkan gerakan seluruh tubuh, menurut Novitasari (2019) motorik kasar (gross motor) yaitu aktifitas yang membutuhkan koordinasi sebagian besar tubuh anak dan motorik kasar (*gross motor skill*) yang merupakan keterampilan yang melibatkan aktivitas otot besar seperti tangan seseorang untuk bergerak dan berjalan. Berdasarkan Nurmalasari (2019) bahwa gangguan keterlambatan perkembangan antara lain ditandai dengan lambatnya kematangan sel-sel syaraf, lambatnya gerakan motorik, kurangnya kecerdasan, dan lambatnya respon sosial. Maka diketahui jelas bahwa lompat tali, berlari dan bersepeda berhubungan dengan motorik kasar dan memiliki hubungan dengan stunting.

KESIMPULAN

Aktivitas balita di wilayah kerja puskesmas Gunung Anyar lebih banyak berlari dengan 47 % (8 balita) dan berlari dapat membantu memperbaiki kualitas otot untuk bergerak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kepala puskesmas wilayah Gunung Anyar Surabaya dr. Lukas Wisnuaji serta warga Gunung Anyar Surabaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia CR.2023. Pendamping Balita Rawan Stunting (Peta Anting) Magang Dinas Kesehatan Kota Surabaya. Program Sarjana Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
- Brantasari M. 2020. Bermain Sepeda Untuk Melatih Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. Jurnal Pendas Mahakam. Vol 5 (2). 119-125.
- Harahap, Sandjaja, dan Soekatri. 2015. Kepadatan Tulang, Aktivitas Fisik Dan Konsumsi Makanan Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 6 – 12 Tahun .Tim SEANUTS, Persatuan
- Haeril., Rahman A., Ichsani., Zulfikar M., Husnul D. 2023. PkM Pola Hidup Sehat dan Aktivitas Fisik Sebagai Upaya Penurunan Angka dan Pencegahan Stunting Pada Anak. Jurnal Dharma Pendidikan Dan Keolahragaan. Vol. 3 No.1.:14-21 <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/dharmapendidikan>



PROSIDING SEMINAR NASIONAL KUSUMA III
Kualitas Sumberdaya Manusia
“Refleksi Budaya Kemajapahitan: *SDM Unggul Menuju Indonesia Emas 2045* berbasis Sainstek Berwawasan Lingkungan dan Kewirausahaan”

-
- Indah Sari L., Hesti Savitri N.P., Purnomo MZ. 2022. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 6-8 Tahun Di Sekolah Minggu Ananda. *Jurnal Bina Cipta Husada* Vol. XVIII No.2: 36-44
- Kamtini, and Defita Kaban. 2016. “Pengaruh Permainan Tradisional Lompat Tali Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Santa Lusia Medan T / A 2015 / 2016 . Skripsi . Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan . 2016.” 2(1):60–77.
- Kemendes. 2018. Stunting, Ancaman Generasi Masa Depan Indonesia. Diakses pada: 25 April 2021. Diambil dari :<http://www.p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/subdit-penyakit-diabetes-melitus-dan-gangguan-metabolik/stunting-ancaman-generasi-masa-depan-indonesia>
- Kusuma R.M.2019. Hubungan Status Gizi Dengan Perkembangan Anak Umur 24-60 Bulan di Kelurahan Bener Kota Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, Vol. 4 No. 3 : 122-131 ISSN 2541-0644 (print), ISSN 2599-3275 (online)
- Nurmalasari Y., Yudhasena N., Utami D. 2019. Hubungan Stunting Dengan Perkembangan Motorik Kasar Pada Balita Usia 6-59 Bulan Di Desa Mataram Ilir Kec. Seputih Surabaya Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2019 *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, Volume 6, Nomor 4
- Novitasari R., M. Nasirun., Delrefi D. 2019. Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Bermain Dengan Media Hulahoop Pada Anak Kelompok B Paud Al-Syafaqoh Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Ilmiah Potensia*, Vol. 4 (1), 6-12.
- Shandi, Shutan Arie. 2018. “Analisis Gerak Motorik Kasar Pada Permainan Lompat Tali Terhadap Prestasi Siswa Putra Dalam Lompat Jauh Pada Kelas VIII SMP Negeri 2 Palibelo.” 8(2).
- Sukriadi S. 2018. Pengaruh Latihan Lari Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Berlari Pada Anak Tunagrahita Kategori Sedang Di Special Olympics Indonesia Dki Jakarta Sentra Latihan Rawamangun. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching And Education* Vol. 2