



Sehat dan Cerdas: Edukasi, Solusi dan Inspirasi Penyajian Menu Cegah Stunting di Kelurahan Candi

Dyah Kusbiantari¹, Budi Dyah Lestari², Dewi Nugrahastuti³, Ika Tyas Mustika Sari⁴

^{1, 2, 3, 4} Universitas Ivet

*dyahkusbiantari@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.31331/manggali.v4i2.3393>

Info Articles

Sejarah Artikel:

Disubmit: Mei 2024

Direvisi: Juni 2024

Disetujui: Juli 2024

Keywords:

tunting Prevention; Nutritional Education; Community Health

Abstrak

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada balita akibat kekurangan gizi kronis sejak dalam kandungan hingga masa awal anak, yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan kognitif. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan edukasi, solusi, dan inspirasi dalam penyajian menu untuk mencegah stunting di Kelurahan Candi. Metode yang digunakan adalah tatap muka langsung dengan presentasi dan diskusi pada 31 Juli 2024 di Balai Kelurahan Candi. Peserta terdiri dari 50 orang dengan melibatkan mahasiswa PG PAUD Universitas Ivet. Kegiatan ini dibagi menjadi empat tahapan: persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut. Hasil yang diharapkan adalah peningkatan pemahaman peserta terkait stunting, pencegahan, dan inspirasi penyajian makanan sehat bergizi seimbang. Simpulan dari kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi dan partisipasi aktif masyarakat sangat penting dalam pencegahan stunting.

Abstract

Stunting is a condition of impaired growth in toddlers due to chronic malnutrition from the womb to early childhood, affecting growth and cognitive development. This study aims to provide education, solutions, and inspiration in menu presentation to prevent stunting in Candi Village. The method used was face-to-face meetings with presentations and discussions on July 31, 2024, at the Candi Village Hall. Participants included 50 people, involving PG PAUD students from Ivet University. The activities were divided into four stages: preparation, implementation, evaluation, and follow-up. The expected outcome is an increased understanding of stunting, prevention, and inspiration for presenting balanced nutritious meals. The conclusion of this activity shows that education and active community participation are crucial in preventing stunting.

✉Alamat Korespondensi:

E-mail: dyahkusbiantari@gmail.com

p-ISSN: 2715-5757

e-ISSN: 2798-4435

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada balita akibat kekurangan gizi kronis sejak dalam kandungan hingga masa awal anak, yang berdampak pada terlambatnya pertumbuhan, perkembangan kognitif yang terhambat, rendahnya kemampuan fokus dan memori belajar, serta risiko kesulitan belajar, mudah sakit, dan prestasi belajar rendah (Cahyati, Prameswari, Wulandari, & Karnowo, 2019; Marsaoly, Wijayanti, Ambarika, & Maria, 2021). Permenkes Nomor 2 Tahun 2020 (Permenkes, 2020) menyatakan stunting diukur berdasarkan indeks Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U). (z -score -3 SD hingga <-2 SD) dan sangat pendek (z -score <-3 SD) (Marlina, Triana, & Fanora, 2022). Kondisi ini digunakan sebagai indikator jangka panjang gizi kurang pada anak.

Berbagai faktor penyebab stunting diantaranya panjang badan bayi saat dilahirkan dan pengaruh faktor keturunan atau genetik dapat diminimalkan melalui pola asuh yang baik, termasuk dalam hal asupan makanan, Ibu-ibu sering tidak memperhatikan penyuluhan kesehatan dan tidak menindaklanjuti informasi gizi anak karena kesibukan dan keterbatasan finansial (Cahyati, Prameswari, Wulandari, & Karnowo, 2019).

Kelurahan Candi memiliki sepuluh balita yang mengalami stunting di wilayah RW 1, RW 2, RW 4, RW 5, RW 6, RW 8, dan RW 9. Berdasarkan hasil rapat koordinasi pada 10 Juli 2024 dengan Lurah Candi, FKK, dan Petugas Kesehatan Puskesmas Kagok, tingginya angka stunting di Kelurahan Candi disebabkan oleh rendahnya partisipasi masyarakat dalam pencegahan stunting.

Faktor lain yang menyebabkan terjadinya stunting diantaranya masyarakat kurang sadar akan kebersihan, terutama kebersihan kamar mandi yang menjadi sarang virus dan bakteri penyebab infeksi pencernaan seperti diare, yang dapat menyebabkan stunting pada balita. Selain itu, minimnya pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai stunting mengakibatkan pengasuhan dan gizi balita yang kurang baik. Hal ini terbukti dari sepuluh balita yang mengalami stunting, kebanyakan ibunya berpendidikan rendah.

Kesibukan orang tua bekerja menyebabkan rendahnya pengetahuan dalam pencegahan stunting, karena mengakibatkan kurangnya memperhatikan asupan gizi anaknya, kesehatan anaknya dan pendidikan anaknya. Kemiskinan yang membuat rendahnya partisipasi masyarakat karena masyarakat menengah ke bawah di Kelurahan Candi kesulitan memberikan makanan bayi dengan gizi seimbang karena rendahnya ekonomi. Dari 10 balita stunting di Kelurahan Candi ayahnya bekerja sebagai pemulung, buruh Pabrik dan wiraswasta, dengan penghasilan di bawah Upah Minimum Regional.

Dengan mempertimbangkan latar belakang yang telah dijelaskan, pertanyaan utama yang muncul adalah: Bagaimana cara memberikan edukasi, solusi, dan inspirasi dalam penyajian menu untuk mencegah stunting di Kelurahan Candi?

Adapun tujuan dilakukan pengabdian ini adalah :

1. Untuk memberikan edukasi kesehatan dalam penanggulangan balita stunting.

2. Untuk memberikan solusi permasalahan kesehatan dalam penanggulangan balita stunting.
3. Untuk memberikan inspirasi penyajian menu pencegahan stunting.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan secara tatap muka langsung dalam bentuk pemberian materi berupa presentasi dan diskusi pada hari Selasa, 31 Juli 2024 bertempat di Balai Kelurahan Candi Kecamatan Candisari Kota Semarang. Target peserta sebanyak 50 orang dengan melibatkan mahasiswa PG PAUD Universitas Ivet dalam kegiatan ini.

Kegiatan ini dibagi menjadi beberapa tahapan yaitu 1) tahap persiapan, 2. Tahap pelaksanaan, 3) tahap evaluasi, 4) tahap tindak lanjut. Luaran yang diharapkan dalam kegiatan ini adalah meningkatnya pemahaman peserta terkait stunting, pencegahan danantisipasi serta inspirasi penyajian makanan sehat bergizi seimbang untuk mengantisipasi terjadinya stunting yang enak, menarik dan mengundang selera. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui sejauh mana dibutuhkannya pendalaman materi dan ketercapaian proses penyampaian materi yang mudah dipahami bagi peserta..

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui beberapa tahap yaitu: tahap perencanaan dilakukan dengan menghubungi pihak kelurahan untuk mengetahui permasalahan dan kebutuhan masyarakat dan diketahui dari pihak kelurahan bahwa terdapat 10 anak yang mengalami stuning. Upaya pihak Kelurahan dan seluruh Kader PKK serta skteholder lainnya telah dilakukan dengan program *Mlenghing Gede* yang merupakan *pilot project* pengentasan stunting terhadap satu orang anak dan dirasakan berhasil, namun upaya untuk mengentasan setidaknya 5 orang anak yang mengalami stunting masih belum menunjukkan hasil yang optimal.

Tahap pelaksanaan dilakukan setelah mendapatkan perijinan dan menyebarkan surat undangan kepada Kader PKK dan stake holder, pemberian materi Sehat dan Cerdas: Edukasi, Solusi dan Inspirasi Penyajian Menu Cegah Stunting Di Kelurahan Candi diberikan secara bergantian oleh 4 orang dosen dengan pembagian materi sebagai berikut: materi pertama berisikan tentang pengertian, karakteristik, faktor yang mempengaruhi, serta penilaian status gizi bagi anak disajikan oleh Ika Tyas Mustika Sari, M.Pd

Manggali

Sehat dan Cerdas: Edukasi, Solusi dan Inspirasi Penyajian Menu Cegah Stunting di Kelurahan Candi



Gambar 1: Penyampaian Materi oleh Ika Tyas Mustika Sari, M.Pd

Materi kedua disampaikan oleh Budi Dyah Lestari, M.Pd. dengan materi mengenai upaya penanganan stunting sejak 1000 hari pertama kehidupan, materi diberikan dengan diskusi dan video selain ceramah.



Gambar 2: Budi Dyah Lestari, M.Pd. saat penyajian materi

Materi terkait kebutuhan nutrisi sejak kehamilan, saat laktasi, optimalisasi asupan makanan sesuai kebutuhan anak, serta peran masyarakat dan keluarga dalam pencegahan stunting disajikan oleh Dewi Nugrahastuti W., S.TP., M.Pd.



Gambar 3: Penyajian materi oleh Dewi Nugrahastuti W., S.TP., M.Pd.

Pelaksanaan presentasi materi diselingi olah tubuh untuk mengajak peserta tetap fokus dalam menyimak materi dan diberikannya kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi, terkait hal yang diamati atau terjadi di lingkungan agar pemahaman dan penyerapan materi optimal.



Gambar 4: Energizer agar tetap fokus

Materi ke empat disajikan oleh Dr. Dyah Kusbiantari, S.Psi., M.Si yang memberikan inspirasi penyajian menu cegah stunting. Materi disajikan dengan ceramah, video dan tanya jawab seputar materi.



Gambar 5: Dr. Dyah Kusbiantari, S.Psi, M.Si. memberikan inspirasi penyajian makanan cegah stunting

Peserta yang hadir dalam kegiatan ini seluruhnya berjumlah 50 orang terdiri dari tamu undangan yaitu dari Lurah Candi: Ninik Purwati, SE., MM., Babinsa Kel. Candi, Babinkamtibmas Kel.Candi, Ketua LPMK Kel.Candi, Ketua FKK Kel.Candi dan Ketua dan Kader PKK RW 1 hingga RW 11 Kel. Candi. Mahasiswa PG PAUD FKIP Universitas Ivet yang terlibat dalam kegiatan ini ada dua orang yaitu Fatika Putri Wibowo dengan NPM 2622110026 dan Zaqia Zuhdiella Ramadhani NPM 2622110011, keduanya bertugas sejak persiapan hingga pelaksanaan yaitu bertugas menyajikan presensi, dokumentasi dan konsumsi.



Gambar 6: Mahasiswa PG PAUD yang terlibat dalam pelaksanaan bersama narasumber.

PEMBAHASAN

Stunting adalah kondisi di mana anak mengalami gangguan pertumbuhan sehingga lebih pendek dibandingkan teman-teman seusianya. Kondisi ini dapat diketahui dengan mengukur panjang atau tinggi badan anak dan membandingkannya dengan standar WHO-MGRS (Multicentre Growth Reference Study) tahun 2005. Anak dikategorikan stunting jika nilai Z-score panjang atau tinggi badannya kurang dari -2SD, dan sangat pendek jika kurang dari -3SD (WHO, 2005). Stunting sering kali tidak disadari oleh orang tua hingga anak berusia dua tahun, karena masalah gizi kronis yang terjadi akibat asupan gizi yang kurang dan berlangsung lama (Persson, L A, 2019).

Masalah stunting dalam suatu negara sangat kompleks dan dapat menjadi indikator keberhasilan kesejahteraan, pendidikan, dan pendapatan masyarakat. Dampaknya sangat luas, termasuk terhadap ekonomi, kecerdasan, kualitas, dan dimensi bangsa yang berefek pada masa depan anak (USAID, 2022). Penanganan yang terlambat dan tidak tepat membuat stunting sulit dikembalikan ke kondisi normal. Stunting dapat dicegah sejak janin dalam kandungan dengan pemenuhan kebutuhan zat gizi pada ibu hamil. Status gizi remaja putri atau pra nikah juga berkontribusi besar pada kesehatan dan keselamatan kehamilan dan kelahiran (USAID Advancing Nutrition, 2021).

Stunting berdampak pada penurunan intelegensia (IQ), tumbuh kembang anak, fungsi kognitif, dan kekebalan tubuh. Anak yang mengalami stunting juga berisiko terkena penyakit degeneratif seperti diabetes mellitus, jantung koroner, hipertensi, dan obesitas di masa dewasa (Wiley Online Library, 2015). Oleh karena itu, pencegahan stunting memerlukan peran aktif dari pemerintah, orang tua, dan masyarakat. Pemberian ASI yang mengandung gizi lengkap adalah salah satu upaya memutus rantai stunting. Selain itu, pemahaman tentang gizi seimbang dan perubahan pola makan juga penting untuk mencegah stunting.

SIMPULAN

Upaya kelurahan Candi menuju Zero Stunting perlu mendapatkan apresiasi, terlihat dari keaktifan masyarakat yang diwakili oleh TIM PKK dan seluruh aparat Kelurahan yang senantiasa memberikan pemahaman terhadap masyarakat dan bekerjasama dengan semua pihak terkait dalam mengentaskan warganya dari stunting. Kedepannya diperlukan langkah-langkah bersama untuk mengentaskan stunting melalui penguatan ekonomi melalui kewirausahaan, gotong royong dalam membangun lingkungan yang bersih dan sehat serta melibatkan stakeholder dalam pengadaan bahan makanan serta pengolahannya dalam penyajian makanan sehat bergizi seimbang bagi anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyati, W. H., Prameswari, G. N., Wulandari, C., & Karnowo, K. (2019). Kajian Stunting Di Kota Semarang. *Jurnal Riptek.*, 13(2), 101-106. doi:<https://doi.org/10.35475/ripteck.v13i2.62>
- de Onis, M & Branca, F. (2015). Childhood Stunting: A Global Perspective. *Maternal & Child Nutrition*, 11(4), 1-12. doi:<https://doi.org/10.1111/mcn.12231>
- Marlina, H., Triana, A., & Fanora, E. (2022). Causes of Stunting in Toddlers: Literature Review. *International Journal of Multidisciplinary Research and Growth Evaluation*, 3(01), 138-142. doi:<https://doi.org/10.54660/anfo.2021.3.1.11>
- Marsaoly, O. H., Wijayanti, N., Ambarika, R., & Maria, S. K. (2021). Analysis of the Causes of Stunting in Toddlers in the Work Area of Gandasuli Community Health Center South Halmahera Regency North Maluku (Qualitative Study). *Journal for Quality in Public Health*, 4(2), 330-344. doi:10.30994/jqph.v4i2.186
- Permenkes. (2020, January 8). Permenkes Nomor 2 Tahun 2020. Jakarta, Indonesia.
- Persson, L A. (2019). Stunting: Concept, Causes, Consequences, and Cure. *PLOS Medicine*. Retrieved from <https://speakingofmedicine.plos.org/2019/10/30/stunting-concept-causes-consequences-and-cure/>
- USAID Advancing Nutrition. (2021). Stunting Considerations for Use as an Indicator Literature Review. *Advancing Nutrition*. Retrieved from https://www.advancingnutrition.org/sites/default/files/2021-09/stunting_indicator_guidance_0.pdf
- USAID. (2022). Measuring Nutrition: More Than Stunting. USAID. Retrieved from https://www.usaid.gov/sites/default/files/2022-12/Stunting%20Brief_final508_1.pdf
- Wiley Online Library. (2015). Childhood stunting: a global perspective. *Maternal & Child Nutrition*, 11(4), 1-12. doi:<https://doi.org/10.1111/mcn.12231>
- World Health Organization. (2005). Childhood Stunting: Context, Causes and Consequences. WHO. Retrieved from <https://www.who.int/publications/m/item/childhood-stunting-context-causes-and-consequences-framework>