

Penyuluhan Pencegahan Stunting dan Pemberian Makanan Tambahan dengan Memaparkan Video Demonstrasi Masak Di Desa Sukorejo, Kecamatan Mertoyudan, Kabupaten Magelang

Tri Yuningsih¹, Arrum², Sastiya Anggraini³, Khoirun Nisa Nurhidayati⁴, Risa Wida Utami⁵, Fida Rezaldi Rifai⁶, Didin Nur Rohmad Afriyanto⁷, Afifah Indrawati⁸, Rio Ardianto Saputro⁹, Intan Ramadani¹⁰, Tri Eva Erfiana¹¹, Khoirun Niswa¹², Marsuking¹³

S1 Manajemen^{1,9,12}, S1 Gizi^{2,3,4}, S1 Pendidikan Matematika⁵, S1 Informatika^{6,8}, S1 Pendidikan Agama Islam⁷, S1 Kebidanan¹⁰, S1 Akuntansi¹¹, Universitas Alma Ata¹⁻¹³

e-mail: 202400121@almaata.ac.id, 200400650@almaata.ac.id, 200400718@almaata.ac.id, 200400680@almaata.ac.id, 201400088@almaata.ac.id, 203200165@almaata.ac.id, 201100606@almaata.ac.id, 203200094@almaata.ac.id, 202400248@almaata.ac.id, 200700048@almaata.ac.id, 202300071@almaata.ac.id, 202400172@almaata.ac.id, marsuking@almaata.ac.id

Abstrak

Stunting adalah kondisi pertumbuhan anak yang terhambat akibat kurangnya asupan gizi, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan. Stunting dapat menyebabkan gangguan kognitif, fisik, dan sosial pada anak, serta meningkatkan risiko penyakit kronis di masa depan. Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia, dengan prevalensi sekitar 27,7% pada tahun 2019. Salah satu upaya pencegahan stunting adalah dengan memberikan penyuluhan dan makanan tambahan kepada balita. Penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu tentang bahaya stunting dan cara pencegahannya, seperti mengonsumsi makanan yang bergizi, menjaga kebersihan lingkungan, dan mengikuti imunisasi dan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Makanan tambahan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi balita, serta mengatasi defisiensi mikronutrien yang dapat memicu stunting. Makanan tambahan yang diberikan berupa sup matahari yang mengandung protein hewani, zat besi, vitamin A, dan vitamin C. Pemberian penyuluhan dan makanan tambahan dilakukan melalui posyandu dengan melibatkan kader, bidan, dan mahasiswa sebagai fasilitator. Hasil dari kegiatan ini diharapkan dapat menurunkan angka stunting di Indonesia dan meningkatkan kualitas hidup anak-anak.

Kata kunci: *stunting, pencegahan stunting, makanan.*

Abstract

Stunting is a condition where a child's growth is hampered due to a lack of nutritional intake, especially in the first 1000 days of life. Stunting can cause cognitive, physical and social impairments in children, as well as increase the risk of chronic diseases in the future. Stunting is a serious public health problem in Indonesia, with a prevalence of around 27.7% in 2019. One effort to prevent stunting is by providing counseling and additional food to toddlers. The outreach aims to increase mothers' knowledge and awareness about the dangers of stunting and how to prevent it, such as consuming nutritious food, maintaining a clean environment, and participating in immunizations and routine health checks. Additional food aims to meet the nutritional needs of toddlers, as well as overcome micronutrient deficiencies that can trigger stunting. The additional food provided is sun soup which contains animal protein, iron, vitamin A and vitamin C. Counseling and additional food is provided through posyandu involving

cadres, midwives and students as facilitators. It is hoped that the results of this activity can reduce stunting rates in Indonesia and improve the quality of life of children.

Keywords: *stunting, preventing stunting, food.*

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi yang disebabkan oleh kekurangan pangan selama 1000 hari pertama kehidupan (HPK), masa kritis yang mengakibatkan terganggunya proses pertumbuhan pada anak yaitu tinggi badan menjadi lebih rendah atau pendek (kerdil) dari ukuran standar usianya. Pengukuran status gizi didasarkan atas standar kemenkes telah ditetapkan pada Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Di dalam peraturan tersebut menyebutkan bahwa status gizi balita dapat diukur berdasarkan empat indeks, yaitu Berat Badan menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan menurut Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U), Umur (TB/U), Berat Badan menurut Panjang atau Tinggi Badan (BB/PB atau TB).

Untuk mendeteksi dini terjadinya permasalahan gizi dapat dilakukan dengan pengukuran antropometri. Secara keseluruhan pengukuran tersebut tidak hanya untuk melihat status gizi namun juga dapat digunakan untuk melihat ketidakseimbangan asupan protein dan energi. Pengukuran antropometri berhubungan dengan pengukuran berat badan, tinggi badan atau panjang badan, lingkaran kepala, lingkaran lengan atas, dan pengukuran yang lain. Pengukuran antropometri biasa dilakukan oleh petugas kesehatan salah satunya yaitu kader posyandu yang berperan penting pada kegiatan rutin posyandu yang dilakukan setiap satu kali dalam satu bulan dengan tujuan untuk melihat perkembangan dan pertumbuhan balita dilihat dari kurva di dalam buku KMS (Kesehatan dkk., 2020).

Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia tahun 2021 memiliki angka stunting sebesar 24,4% dan mengalami penurunan sebesar 2,8% pada tahun 2022 menjadi 21,6%. Pada masa balita ditandai dengan proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Maka dari itu, asupan yang masuk ke dalam tubuh anak sangat berdampak pada kesehatannya. Stunting disebabkan oleh berbagai faktor penyebab, baik langsung maupun tidak langsung. Faktor penyebab langsung adalah asupan gizi yang tidak sesuai dan penyakit infeksi. Sedangkan faktor penyebab tidak langsung adalah ketersediaan pangan, pola asuh orang tua dan pelayanan Kesehatan (Rusliani dkk., 2022). Selain itu dampak dari stunting sendiri ada dua yaitu jangka pendek seperti gangguan pertumbuhan fisik, metabolisme dan dampak jangka panjangnya gangguan pada metabolisme anak, kemampuan kognitif yang menurun (Haryani dkk., t.t.).

Cara mengatasi kekurangan gizi yang terjadi pada kelompok usia balita gizi kurang perlu diselenggarakan pemberian makanan tambahan (PMT). Hal ini akan berperan penting bagi kesehatan anak, baik pertumbuhan maupun perkembangan. Karena asupan gizi merupakan sumber utama bagi anak. Pemberian makanan tambahan memiliki tujuan, diantaranya, untuk memperbaiki asupan gizi, memperbaiki ketahanan fisik, meningkatkan kehadiran dan minat belajar, meningkatkan kesukaan akan makanan daerah yang bergizi, memperbaiki perilaku bersih dan sehat, termasuk kebiasaan makan yang sehat, meningkatkan partisipasi masyarakat, menambah pendapatan masyarakat melalui peningkatan penggunaan produksi setempat (Depkes RI. 2005). Pemberian makanan tambahan merupakan program intervensi terhadap balita yang menderita kurang gizi dimana tujuannya adalah untuk

meningkatkan status gizi anak serta mencukupi kebutuhan zat gizi anak sehingga tercapainya status gizi dan kondisi gizi yang baik sesuai dengan usia anak tersebut (Ayini Lalu & Ilmu Olahraga dan Kesehatan, 2020).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Abdillah Fajar dkk., t.t.) menjelaskan bahwa ada perbedaan dalam kenaikan berat badan, status gizi BB/U, dan BB/TB sebelum dan sesudah program PMT dilaksanakan. Selain itu, terdapat perbedaan dalam kenaikan tinggi badan dan status gizi TB/U sebelum dan sesudah program PMT. Dan hasil evaluasi juga menunjukkan penurunan persentase balita yang mengalami stunting dan wasting.

Untuk itu, tim KKN Universitas Alma Ata Yogyakarta yang berjumlah dua belas orang melakukan pengabdian masyarakat di Desa Sukorejo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang dengan melakukan program Penyuluhan Gizi Seimbang Generasi Bersinar dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) kepada ibu balita untuk memaksimalkan dalam upaya penurunan prevalensi stunting.

2. METODE

Metode dalam kegiatan pelaksanaan program penurunan stunting melalui penyuluhan dengan tema program Gizi Seimbang, Generasi Bersinar dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) ini menggunakan metode ceramah, tanya jawab, dan diskusi bersama pemateri dengan peserta undangan yang hadir dalam acara kegiatan. Tempat pelaksanaan kegiatan ini berada di Aula Kantor Desa Sukorejo, Kecamatan Mertoyudan, Kabupaten Magelang, Provinsi Jawa Tengah. Tahapan awal persiapan kegiatan ini yaitu berkoordinasi dengan Bidan Desa Sukorejo, Ketua PKK, dan Kader Posyandu serta izin dengan Kepala Puskesmas Mertoyudan 2 dan Kepala Desa Sukorejo. Selanjutnya melakukan penyebaran undangan kepada ibu balita stunting yang berjumlah 28, dan tamu undangan yang bersangkutan. Terakhir dalam pelaksanaan kegiatan diawali dengan mempersiapkan sarana dan prasarana yang dibutuhkan, pengisian daftar hadir, dan memulai acara sesuai dengan runtutan awal sampai akhir acara.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Salah satu program kerja KKN-Tematik Universitas Alma Ata Yogyakarta di Desa Sukorejo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang yaitu program penurunan stunting dengan mengadakan penyuluhan terkait gizi seimbang dimulai dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Tema dalam kegiatan tersebut yaitu "*Gizi Seimbang, Generasi Bersinar dengan Pemberian Makanan Tambahan*". Acara tersebut diikuti oleh Bidan Desa Sukorejo, kader posyandu, dan 28 ibu balita stunting yang ada di Desa Sukorejo.



Gambar 1. Penyuluhan Di Aula Balai Desa Sukorejo

Kegiatan penyuluhan di selenggarakan pada hari Minggu, 3 September 2023 di Aula Balai Desa Sukorejo dengan pemaparan materi yang disampaikan oleh Sastiya Anggraini mahasiswa Gizi Universitas Alma Ata tentang pemenuhan gizi seimbang untuk mencegah dan menurunkan angka stunting melalui Pemberian Makanan Tambahan. Acara diawali dengan sambutan-sambutan kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi dan sharing session. Penyuluhan tersebut merupakan salah satu upaya untuk mewujudkan perubahan di Desa Sukorejo agar dapat menurunkan angka stunting dimulai dengan pemenuhan asupan gizi pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Kejadian stunting di Desa Sukorejo mengalami peningkatan dari analisis data di bulan Agustus yang didapatkan melalui kegiatan pengukuran rutin posyandu dari 9 Dusun. Oleh karena itu, penulis berkoordinasi dengan Bidan Desa, Ketua PKK, dan Kader Posyandu untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan atas izin dari Kepala Puskesmas Mertoyudan 2 dan Kepala Desa Sukorejo. Penyuluhan tersebut diharapkan dapat membantu masyarakat mendapatkan pengetahuan baru terkait pemenuhan gizi seimbang, stunting, dan cara pengukuran balita yang tepat agar permasalahan yang terjadi dapat segera diatasi.

Stunting adalah permasalahan gizi yang tergolong kronis disebabkan oleh asupan gizi kurang dengan waktu yang cukup lama akibat ketidaksesuaian dalam memberikan makanan bergizi dan seimbang. Permasalahan stunting dapat terjadi mulai dari dalam kandungan, namun baru nampak saat anak berusia dua tahun, Kondisi tersebut dapat mengakibatkan terjadinya gangguan pertumbuhan anak yang ditandai dengan tinggi badan anak lebih rendah dari standar usianya (Purnaningsih dkk., 2023). Permasalahan stunting menjadi prioritas pemerintah karena dapat mempengaruhi Sumber Daya Manusia (SDA) dalam mencapai tujuan pembangunan nasional dengan generasi yang bersinar. Salah satu upaya tersebut yaitu dengan kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk balita. PMT adalah kegiatan dengan memberikan makanan yang telah terjamin kualitas dan keamanannya serta memiliki kandungan gizi yang dibutuhkan balita dapat berupa biskuit atau produk yang kaya nutrisi untuk menunjang berat

badan dan tinggi badan balita hingga mencapai nilai normal (Safrina & Putri, 2022). Kegiatan penyuluhan di Desa Sukorejo tidak hanya memberikan penjelasan tentang stunting tetapi juga memberikan contoh inovasi PMT sesuai pedoman isi piringku dengan gizi yang seimbang melalui pemaparan video demonstrasi masak. Bahan-bahan yang digunakan terdiri dari telur ayam, telur puyuh, tahu, bayam, buncis, wortel, jagung, jamur tiram, dan jambu. Dengan bahan dasar yang mudah didapatkan dan harga yang terjangkau diharapkan ibu-ibu dengan balita stunting dan kader posyandu dapat mempraktikkan serta membuat inovasi baru PMT yang lebih kreatif. Inovasi PMT tersebut bertujuan agar balita dapat mengkonsumsi PMT dengan gizi seimbang untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak.



Gambar 2. Pemberian Makanan Tambahan (PMT)

Peran tenaga kesehatan juga sangat penting untuk kegiatan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak. Bidan dan kader posyandu merupakan komunikator dan motivator untuk ibu yang memiliki balita dan baduta sehingga memiliki peran yang sangat penting. Peran bidan dapat berdampak kepada kader karena peran jika bidan dapat menjalankan perannya dengan baik maka kader juga akan baik dan menjalankan tugas sebagaimana mestinya. Sedangkan peran kader di dalam posyandu yaitu terkait ketepatan pengukuran dan kualitas data yang dapat berpengaruh pada informasi yang diberikan sebagai indikator terjadinya data stunting (Purnaningsih dkk., 2023). Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan juga memberikan informasi dan pengetahuan kepada kader posyandu tentang pengukuran tinggi badan, berat badan, pengisian buku KMS yang tepat serta penjelasan terkait standar yang ditetapkan dari Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) 2020 Tentang Standar Antropometri yang dapat mempengaruhi grafik pengisian buku KMS sebagai dasar pemantauan pertumbuhan anak.

Seluruh tamu undangan yang hadir sangat aktif dan berantusias dalam kegiatan penyuluhan tersebut sehingga kegiatan yang diselenggarakan sesuai dengan yang diharapkan. Kegiatan penyuluhan diakhiri dengan sesi tanya jawab antara pemateri dengan tamu undangan baik dari kader posyandu maupun ibu balita. Salah satu kader posyandu juga memberikan pengalamannya yang memiliki balita stunting dan memberikan motivasi kepada ibu-ibu balita stunting untuk tetap optimis dan semangat dalam memberikan asuhan gizi yang baik dan tepat. Selain itu, ketika pemateri bertanya kepada tamu undangan terkait penjelasan yang telah

disampaikan, peserta dapat memberikan jawaban dengan tepat. Tidak sedikit juga ibu balita yang memberikan pertanyaan kepada pemateri terkait materi yang belum disampaikan. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik dan dapat meningkatkan pengetahuan serta meluruskan asumsi yang salah.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penyuluhan dengan tema “*Gizi Seimbang, Generasi Bersinar dengan Pemberian Makanan Tambahan*” yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa terjadi perubahan yang positif yaitu pemahaman pengetahuan ibu balita maupun kader terjadi peningkatan, ditandai dengan antusiasme peserta melakukan diskusi dan tanya jawab. Upaya penanggulangan dan pencegahan stunting di Desa Sukorejo Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang ditujukan untuk menurunkan angka stunting dimulai dengan pemahaman ibu akan pemenuhan asupan gizi dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Disamping itu diharapkan kepada lembaga kesehatan untuk memberikan sosialisasi secara rutin kepada kader untuk meng-*update* pengetahuan serta pemahaman pencegahan dan penanggulangan stunting, sehingga dapat menjadi dorongan agar angka stunting menurun.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada teman-teman Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) kelompok 11 Magelang di Desa Sukorejo yang telah berkontribusi dalam penyelenggaraan acara “Penyuluhan Pencegahan Stunting dan Pemberian Makanan Tambahan dengan Memaparkan Video Demonstrasi Masak “. Secara khusus penulis banyak-banyak berterima kasih kepada tamu undangan yang telah menyempatkan waktu untuk datang, kader-kader posyandu Desa Sukorejo, dan pihak yang bersangkutan yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah Fajar, S., Dewi Anggraini, C., Husnul, N., Citeras, P., Raya, J., Km, M., & Garut, K. (t.t.). The effectiveness of supplementary feeding on the nutritional status of Puskesmas Citeras Garut Regency. *Nutrition Scientific Journal*. 2022, 1 (1), 30–40. <https://doi.org/10.37058/nsj.v1i1.5975>
- Ayini Lalu, N. S., & Ilmu Olahraga dan Kesehatan, F. (2020). *PEMBERIAN PMT MODIFIKASI BERBASIS KEARIFAN LOKAL PADA BALITA STUNTING DAN GIZI KURANG PROVISION OF MODIFICATION PMT BASED ON LOCAL WISDOM TO STUNTING TODDLERS AND UNDERNOURISHED*. <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jpkm/index>
- Haryani, S., Astuti, A. P., Sari, K., Diploma, P., Keperawatan, T., & Waluyo, U. N. (t.t.). *UNGERAN BARAT KABUPATEN SEMARANG*. <http://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id>
- Kesehatan, J. I., Husada, S., & Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention. *Juni*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>

- Purnaningsih, N., Lu, D., Sriyanto, D. F., & Fatimah, F. (2023). *Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Desa Muncanglarang , Kabupaten Tegal (Stunting Prevention and Countermeasures in Muncanglarang , Tegal)*. 5(April), 128–136.
- Rusliani, N., Hidayani, W. R., & Sulistyoningsih, H. (2022). Literature Review: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*, 1(01), 32–40. <https://doi.org/10.56741/bikk.v1i01.39>
- Safrina, S., & Putri, E. S. (2022). Hubungan Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Dengan Resiko Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 78–90. <https://doi.org/10.32672/jbe.v10i1.4119>