



Edukasi dan Pelatihan Pencegahan Stunting dengan Pembuatan Camilan Pendamping Makan Balita Di Kelurahan Masjid, Kota Samarinda

Wildan Dzakiy, Putri Agustiningrum, Purwo Setiyo Nugroho*

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Jalan Ir. H. Juanda No.15, 75124, Kota Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia

*Email: purwo.skm@umkt.ac.id

Abstract. *Stunting can occur because one of the factors is the mother's education which has an impact on the mother's low knowledge about stunting and also inappropriate maternal parenting. The results of observations at the intervention site show that there are still people who ignore the importance of nutritional intake and most of the people have less knowledge and awareness about stunting prevention. In addition, children under five in the area also do not like vegetables. Therefore, this community service activity is carried out with the aim of increasing the understanding and skills of mothers in preventing stunting in toddlers and processing vegetables that can be interesting for consumption by toddlers. The target of this activity is mothers who have toddlers in the Masjid Village, Samarinda City. The activity was carried out on December 9, 2021 through education and training. The media used are leaflets. This activity is evaluated by making direct observations during the implementation of the activity. The result of this activity is that the community begins to understand stunting prevention efforts and is skilled in processing vegetables into more attractive spring roll snacks for consumption by toddlers as an alternative to healthy snacks to prevent stunting.*

Keywords: *Spring Roll Snacks, Stunting, Food Companion*

Abstrak. Stunting dapat terjadi karena salah satu faktornya adalah pendidikan Ibu yang berdampak pada rendahnya pengetahuan Ibu tentang tentang stunting dan juga pola asuh ibu yang tidak tepat. Hasil observasi di lokasi intervensi menunjukkan bahwa masih terdapat masyarakat yang mengabaikan pentingnya asupan gizi dan sebagian besar masyarakat memiliki pengetahuan dan kesadaran yang kurang tentang pencegahan stunting. Selain itu, anak balita di wilayah tersebut juga tidak menyukai sayuran. Oleh karena itu kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tujuan meningkatkan pemahaman dan keterampilan Ibu dalam mencegah stunting pada balita serta mengolah sayuran yang dapat menarik untuk dikonsumsi oleh balita. Sasaran kegiatan ini adalah Ibu yang memiliki balita di Kelurahan Masjid, Kota Samarinda. Kegiatan dilakukan pada 9 Desember 2021 melalui edukasi dan pelatihan. Media yang digunakan adalah *leaflet*. Kegiatan ini dievaluasi dengan cara melakukan pengamatan langsung selama

This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

©2022 The Authors.ABDIMAYUDA: Indonesian Journal of Community Empowerment for Health published by Faculty of Public Health, University of Jember in collaboration with PERSAKMI

pelaksanaan kegiatan berlangsung. Hasil kegiatan ini adalah masyarakat mulai memahami upaya pencegahan stunting dan mulai terampil dalam mengolah sayuran menjadi cemilan lumpia yang lebih menarik untuk dikonsumsi oleh balita sebagai alternatif camilan sehat pencegah stunting.

Kata Kunci: Cemilan Lumpia, Stunting, Pendamping Makanan

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak yang disebabkan oleh kekurangan asupan nutrisi, infeksi yang berulang, dan simulasi psikososial yang tidak memadai. Kondisi tersebut ditunjukkan dengan tinggi badan anak yang kurang dari -2 Standar Deviasi (SD) median pertumbuhan anak berdasarkan standard yang ditetapkan oleh WHO (1). Stunting merupakan masalah gizi serius yang mengancam kualitas generasi bangsa Indonesia sehingga memerlukan penanganan yang tepat. Hal ini disebabkan karena stunting dapat mempengaruhi kesehatan dan tingkat kecerdasan anak (2). Data Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2019 menunjukkan prevalensi stunting di Indonesia masih lebih tinggi dibandingkan dengan ambang batas yang ditetapkan oleh WHO (20%) yaitu mencapai 27,7%. Begitupun dengan prevalensi stunting di Kalimantan Timur yaitu 22,8%. Artinya, sekitar satu dari empat anak balita (lebih dari delapan juta anak) di Indonesia masih mengalami stunting. (3) Stunting disebabkan oleh beberapa faktor seperti, faktor pendidikan dan pengetahuan ibu, faktor ekonomi, sosial dan budaya, peningkatan paparan terhadap penyakit infeksi, kerawanan pangan dan akses masyarakat terhadap pelayanan kesehatan serta faktor ketersediaan air bersih dan sanitasi lingkungan. Stunting dapat terjadi apabila pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) bayi mengalami kondisi kesehatan yang tidak optimal atau kondisi gizi yang tidak optimal, sehingga menyebabkan terganggunya tumbuh kembang bayi dan rentan terkena penyakit. (1)

Sebagai upaya percepatan penanggulangan masalah stunting tersebut, perlu dilakukan upaya intervensi hingga level individu masyarakat. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan kegiatan pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan kapasitas masyarakat dalam menanggulangi stunting di daerah masing-masing. Salah satu contohnya di wilayah Kelurahan Masjid Kecamatan Samarinda Sebrang, Kota Samarinda. Dari hasil observasi di lokasi pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa masih terdapat masyarakat yang mengabaikan pentingnya asupan gizi. Hal ini juga didukung oleh hasil wawancara dari tokoh masyarakat, yang menyampaikan bahwa masyarakat RT 014 Kelurahan Masjid Kecamatan Samarinda Sebrang masih banyak yang memiliki pengetahuan dan kesadaran yang kurang tentang pencegahan stunting. Selain itu, hasil survey pendahuluan juga menunjukkan bahwa anak balita di wilayah tersebut tidak menyukai sayuran. Hal ini berbanding terbalik dengan himbauan pemerintah untuk mengonsumsi makanan kaya gizi seperti sayuran. Sayuran adalah sumber vitamin dan mineral yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, kegiatan edukasi dan pelatihan diperlukan bagi masyarakat dalam pembuatan olahan Cemilan Lumpia (CELUP) sebagai alternatif Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) pada balita. Makanan Pendamping Anak adalah makanan yang dapat membantu perbaikan gizi anak, karena di dalamnya ada terdapat beberapa makanan yang bergizi seperti Kentang dalam 1 buah kentang berukuran sedang atau setara 100 gram, terdapat sekitar 88 kalori dan nutrisi berikut ini: 20 gram karbohidrat, 1,9 gram protein, 1,8 gram serat pangan. Wortel mengandung lemak dan protein, namun kaya akan vitamin. Salah satunya adalah vitamin A dalam bentuk beta karote. Ayam 100 gram daging ayam memiliki kandungan gizi sebagai berikut: Air: 55,9 ml, energi: 298 kalori, protein: 18,2 gr.(4) Berdasarkan penjelasan tersebut, tujuan

pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan Ibu dalam mencegah stunting pada balita serta mengolah sayuran yang dapat menarik untuk dikonsumsi oleh balita.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan diawali studi pendahuluan untuk menganalisis situasi permasalahan stunting di RT. 014 Kelurahan Masjid, Kecamatan Samarinda Sebrang sebagai tempat intervensi kegiatan. Penetapan sebuah prioritas masalah dari beberapa masalah yang ada dilakukan dengan metode CARL (*Capability, Assessibility, Readiness, dan Leverage*). Metode CARL ini merupakan cara yang digunakan untuk menentukan suatu prioritas masalah dengan penentuan skor dan kriteria tertentu seperti kemampuan yang dilihat dari sumber daya, dana, alat dan sebagainya. Kemudahan (*Accessibility*) artinya persoalan yang dapat diatasi dengan berdasarkan kesiapan metode atau cara penunjang seperti peraturan. Setelah prioritas masalah ditemukan dilanjutkan dengan analisa penyebab masalah menggunakan diagram fishbone dan perencanaan kegiatan menggunakan tabel *Plan of Action* (POA).

Selanjutnya, kegiatan intervensi yang berupa edukasi dan pelatihan dilakukan selama 1 hari yaitu pada tanggal 9 Desember 2021. Kegiatan edukasi dilakukan dengan metode ceramah dengan memberikan tambahan media *leaflet*. Kegiatan pelatihan pembuatan olahan celup (cemilan lumpia) sebagai makanan pendamping ASI bagi anak balita dilakukan dengan metode demo. Kegiatan ini dievaluasi dengan cara melakukan pengamatan langsung selama pelaksanaan kegiatan berlangsung.

Pelaksanaan kegiatan dimulai pukul 09.00-selesai, bersamaan dengan jadwal pelaksanaan Posyandu. Sasaran yang hadir dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini sebanyak 15 ibu balita yang ikut berpartisipasi dalam kegiatan posyandu. Pelatihan pembuatan olahan cemilan lumpia (Celup) pada ibu balita ini disertai dengan pemberian edukasi mengenai pengertian stunting, penyebab stunting, dampak dari stunting sampai dengan pencegahan stunting. Dengan menggunakan media *leaflet*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi dan pelatihan pembuatan olahan Cemilan Lumpia (Celup) yang disertai dengan pemberian edukasi pencegahan stunting ini berjalan dengan lancar. Hasil pengamatan langsung selama proses pelaksanaan kegiatan berjalan diketahui bahwa sasaran kegiatan yaitu ibu balita telah memahami upaya pencegahan stunting yang ditunjukkan dengan kemampuan menjawab pertanyaan yang diberikan secara lisan oleh pemateri. Selain itu, keterampilan ibu balita dalam membuat olahan Cemilan Lumpia (Celup) juga meningkat seiring dengan antusiasme ibu dalam melakukan demo memasak. Pemberian edukasi terhadap ibu anak/ balita merupakan salah satu bentuk kegiatan untuk memberikan pemahaman kepada ibu balita tentang pentingnya kontribusi ibu anak/ balita dalam pemenuhan gizi, pemberian ASI dan MPASI sesuai umur, dan pemantauan pertumbuhan anaknya.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi dan Pelatihan Ibu Balita

Kegiatan edukasi dan pelatihan yang dilaksanakan sebagai pengabdian kepada masyarakat ini dapat dilakukan secara berkelanjutan sebagai langkah pencegahan stunting. Stunting adalah salah satu permasalahan yang berhubungan dengan peningkatan risiko terkena penyakit hingga kematian, perkembangan otak suboptimal dan motorik menjadi lambat dan terhambat sehingga mempengaruhi pertumbuhan mental (5). Beberapa studi menunjukkan risiko yang diakibatkan stunting yaitu meningkatnya risiko obesitas, prestasi akademik menurun, lebih rentan terkena penyakit tidak menular dan risiko penyakit degeneratif.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dengan metode edukasi ini juga menggunakan media *leaflet*. Media *leaflet* adalah media promosi kesehatan visual-aid yang dapat mempermudah penerimaan informasi bagi sasaran terutama dengan perpaduan warna dan desain gambar yang menarik. Media promosi kesehatan ini dapat mempermudah penyampaian pesan dalam promosi kesehatan kepada sasaran. Sasaran akan dapat menerima pesan dengan jelas dan tepat dengan penggunaan media tersebut, sehingga terjadi peningkatan pengetahuan sesuai yang diharapkan. (6) Gabungan kegiatan edukasi, pelatihan dan penggunaan media sebagai sarana pemberdayaan masyarakat merupakan kegiatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan sasaran terhadap suatu perilaku sehat tertentu. (7)

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dan pelatihan yang dilakukan sebagai rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini cukup baik untuk dilakukan secara berkelanjutan. Peningkatan pemahaman dan keterampilan ibu balita dalam melakukan pencegahan stunting serta pengolahan sayuran menjadi cemilan yang lebih menarik bagi balita sebagai langkah awal pembiasaan konsumsi sayuran bagi balita untuk pemenuhan gizi.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kami sampaikan kepada warga Kelurahan Masjid Kecamatan Samarinda Sebrang yang mengizinkan dan menyambut kegiatan pengabdian masyarakat ini. Serta Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat yang mendukung dari berbagai aspek jalannya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan diantara penulis artikel ini

REFERENSI

1. World Health Organization. (2020). Gangguan perkembangan pada anak yang disebabkan oleh gizi buruk
2. Aridiyah Okky, F. R. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan. *Pustaka Kesehatan*, 1-8.
3. Survei Status Gizi Balita Indonesia. (2019) Masalah stunting di Indonesia adalah ancaman serius
4. Arif. Dkk. (2015) Gizi yang terdapat di dalam ayam
5. Unicef., Handayani., Marya. (2021) Stunting menjadi permasalahan karena berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya kesakitan dan kematian
6. Notoatmodjo S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
7. Wibowo. (2015) Carbed (Carrot Bread) Sebagai sayuran instan untuk anak kekurangan vit A
7. Nurika G, Ngakan D, Wahyu G, Putra M, Novta N, Nafisah D. Manajemen Bank Sampah : Menjadikan Sampah Bernilai Ekonomi Bagi Masyarakat Pondok Pesantren. *ABDIKAN*. 2022;1(1):81-8.