

Peningkatan Gizi Keluarga Balita Stunting Melalui Kreativitas Pangan Lokal di Desa Bayung Gede Kecamatan Kintamani

Asri Lestarini^{1*}, Desak Putu Citra Udiyani¹, Putu Nita Cahyawati¹, Anak Agung Sri Agung Aryastuti¹, Pande Ayu Naya Kasih Permatananda¹

¹Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

*Email : asrilestarini@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang berdampak negatif pada kesehatan, kecerdasan, dan masa depan anak. Hasil pemeriksaan awal menunjukkan bahwa 49,2% balita di Desa Bayung Gede berisiko terkena stunting. Tingginya angka stunting ini berhubungan erat dengan rendahnya asupan gizi pada anak, yang dipengaruhi oleh pola asuh yang kurang tepat dan lemahnya ketahanan pangan keluarga. Keluarga balita stunting dan yang berpotensi mengalami stunting menjadi mitra utama dalam program pendampingan ini. Dua permasalahan utama yang akan diatasi adalah: 1) asupan gizi balita yang masih di bawah standar kecukupan gizi, dan 2) keterampilan ibu balita dalam membuat makanan pendamping ASI (MPASI) bergizi dari bahan pangan lokal masih terbatas. Solusi yang ditawarkan meliputi: 1) peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai pola asuh dan nutrisi sehat serta keterampilan membuat PMT berbahan pangan lokal, dan 2) pemberian bantuan berupa paket gizi. Tahapan program pendampingan ini mencakup: 1) sosialisasi dengan semua pihak yang terlibat pada tahap awal, 2) penyuluhan kepada ibu balita mengenai pola asuh dan pelatihan membuat MPASI sehat untuk balita, dan 3) pemberian paket gizi berupa susu tinggi protein kepada keluarga yang membutuhkan. Hasil yang didapatkan dari program ini adalah peningkatan pengetahuan ibu balita yang dapat dilihat dari peningkatan posttest (89,50) daripada pretest (56,00) sebesar 59,82%. Pelatihan pembuatan MPASI telah berlangsung dengan lancar. Paket gizi juga telah diterima dengan baik oleh ibu balita. Dapat disimpulkan kegiatan telah berjalan dengan lancar dan diharapkan ke depannya terdapat kegiatan yang serupa secara berkelanjutan.

Kata kunci : stunting, Bayung Gede, kreativitas pangan lokal

Abstract

[Improving Nutrition for Families with Stunted Children Through Local Food Creativity in Bayung Gede Village, Kintamani District]

Stunting is one of the public health issues that negatively affects children's health, intelligence, and future. Initial assessments revealed that 49.2% of toddlers in Bayung Gede Village are at risk of stunting. This high rate of stunting is closely related to inadequate nutritional intake in children, influenced by improper parenting practices and weak household food security. The primary partners in this support program are families with stunted or at-risk toddlers. The two main issues to be addressed are: 1) the nutritional intake of toddlers, which remains below the recommended daily allowance, and 2) the limited skills of mothers in preparing nutritious complementary foods for breastfeeding (MPASI) from local ingredients. The proposed solutions include: 1) increasing mothers' knowledge of child-rearing practices and healthy nutrition, as well as skills in preparing complementary foods from local ingredients, and 2) providing nutritional aid packages. The stages of this support program include: 1) conducting initial outreach to all relevant stakeholders, 2) educating mothers about parenting practices and training them to prepare healthy complementary foods for toddlers, and 3) providing nutritional aid packages in the form of high-protein milk to the families in need. The results obtained from this program show an increase in knowledge among mothers of toddlers, evidenced by a post-test score of 89.50 compared to a pre-test score of 56.00, reflecting an improvement of 59.82%. The training for making complementary foods went smoothly, and the nutrition package was well received by the mothers of toddlers. It can be concluded that the program ran smoothly, and similar ongoing initiatives are expected in the future.

Keywords: stunting, Bayung Gede, local food creativity

PENDAHULUAN

Desa Bayung Gede, Banjar Bayung Gede, terdapat 148 anak balita, di mana 15 di antaranya mengalami stunting. Stunting adalah kondisi yang memiliki dampak buruk pada kesehatan, pertumbuhan, perkembangan, serta intelegualitas anak. Untuk memahami situasi ini lebih dalam, tim pengabdian melakukan serangkaian pertemuan dengan berbagai pemangku kepentingan, di Desa Bayung Gede. Selain itu, analisis dilakukan melalui pemantauan langsung di lapangan serta memanfaatkan data sekunder yang diperoleh dari pengukuran tinggi badan balita⁽¹⁾.

Desa Bayung Gede memiliki luas wilayah sebesar 988 hektar, yang mencakup 2,79% dari total wilayah Kecamatan Kintamani. Desa ini berada pada ketinggian 800-900 meter di atas permukaan laut, dengan hawa yang sejuk. Jumlah penduduk desa mencapai 2.327 orang, terdiri dari 1.197 laki-laki dan 1.130 perempuan. Tingkat pendidikan penduduk umumnya masih rendah, dengan hanya 22,53% yang telah menamatkan pendidikan menengah atau lebih tinggi. Sebagian besar penduduknya menggantungkan hidup dari sektor pertanian, yang didominasi oleh hortikultura (72,45%), seperti jeruk, kopi, dan sayuran.⁽¹⁾

Stunting masih menjadi masalah signifikan di Desa Bayung Gede. Berdasarkan pengukuran panjang atau tinggi badan pada tahun 2022 dan 2023 oleh Puskesmas Kintamani 3, sekitar 49,2% balita berpotensi stunting dan 19,7% telah mengalami stunting. Penyebab utamanya adalah asupan gizi yang kurang memadai, terutama protein dan mikronutrien esensial⁽¹⁾.

Wawancara dengan para ibu balita dan ibu hamil di Desa Bayung Gede menunjukkan bahwa mayoritas asupan gizi balita masih belum mencapai standar angka kecukupan gizi (AKG). Keterbatasan pengetahuan dan akses terhadap sumber makanan bergizi menyebabkan balita di desa ini berisiko tinggi mengalami stunting⁽²⁾.

Meskipun banyak rumah di Desa Bayung Gede memiliki pekarangan yang

luas, pemanfaatannya untuk budidaya pangan masih minim. Sebagian besar keluarga membeli bahan makanan pokok dari pasar, sementara sayur mayur diperoleh dari sekitar rumah atau kebun tetangga. Ketahanan pangan keluarga masih terbatas, dengan persediaan bahan makanan hanya cukup untuk beberapa hari⁽¹⁾.

Anak-anak balita stunting seringkali diasuh oleh nenek atau tetangga saat orang tua mereka bekerja sebagai buruh tani. Makanan yang disiapkan untuk balita kurang bervariasi dan tidak memenuhi kebutuhan gizi seimbang. Keterbatasan waktu dan pengetahuan orang tua dalam menyediakan makanan bergizi menyebabkan anak-anak tidak mendapatkan asupan yang memadai⁽³⁾.

Dua masalah prioritas yang diidentifikasi adalah rendahnya asupan gizi pada balita yang berpotensi stunting dan kurangnya keterampilan dalam Pembuatan Makanan Tambahan (PMT) dari bahan pangan lokal. Solusi yang diusulkan meliputi penyuluhan pola asuh pada balita, makanan sehat dan bervariasi, serta pelatihan dan pendampingan dalam pembuatan PMT berbahan pangan lokal. Targetnya adalah 80% ibu balita mengikuti penyuluhan dan pelatihan, serta 100% balita stunting menerima bantuan paket gizi berupa susu yang mengandung protein tinggi⁽⁴⁾.

Untuk mengatasi masalah gizi, penyuluhan tentang pola asuh dan makanan sehat bergizi akan dilakukan kepada 80% ibu balita di desa ini. Selain itu, paket gizi berupa susu yang mengandung protein tinggi akan diberikan kepada semua balita yang stunting. Dalam aspek keterampilan, pelatihan dan pendampingan pembuatan PMT dari bahan pangan lokal akan diadakan, dengan target 80% ibu balita mengikuti pelatihan dan 100% dari mereka mendapatkan pendampingan.

Peningkatan asupan protein melalui konsumsi daging ayam dan telur diharapkan dapat membantu memperbaiki pertumbuhan balita dan kesehatan keluarga di Desa Bayung Gede. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa asupan protein

tinggi memiliki potensi besar dalam mengatasi masalah stunting pada balita. Solusi ini diharapkan tidak hanya mengatasi masalah jangka pendek tetapi juga memberikan dampak positif jangka panjang terhadap kesehatan dan perkembangan anak-anak di desa ini⁽⁵⁻⁷⁾.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui serangkaian tahapan yang tersusun secara sistematis. Tahap pertama adalah persiapan, di mana dilakukan sosialisasi kepada mitra mengenai tujuan, kegiatan yang akan dilakukan, serta peran yang diharapkan dari mitra.

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan kegiatan, dimulai dengan penyuluhan tentang pola asuh balita dan makanan sehat bervariasi yang berbahan pangan lokal. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai pola asuh dan nutrisi yang tepat. Kegiatan ini menggunakan pendekatan partisipatif, melibatkan ibu balita secara langsung dalam diskusi mengenai pola asuh yang mereka terapkan.

Selanjutnya, diberikan bantuan paket gizi berupa susu yang mengandung protein tinggi kepada anak balita yang mengalami stunting. Setiap bulan, kader posyandu menyerahkan dua kaleng susu kepada ibu balita, sambil memberikan edukasi mengenai pola asuh balita dan makanan sehat dan bervariasi.

Pelatihan pembuatan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) dari bahan pangan lokal yang bervariasi juga dilakukan. Ibu balita dilibatkan secara aktif dalam pelatihan ini, yang bertujuan untuk memperkenalkan cara membuat makanan sehat dan bergizi. Sebelum memulai pelatihan, dilakukan tahap persiapan dengan mengadakan koordinasi bersama kepala dusun, PKK, dan kader posyandu untuk menetapkan waktu, lokasi pelatihan, serta perlengkapan yang diperlukan.

Pendampingan dilakukan selama tiga bulan, dan evaluasi terhadap pola asuh, asupan gizi, serta pertumbuhan anak balita akan dilakukan setelah kegiatan selesai.

Partisipasi mitra sangat diharapkan, baik selama pelaksanaan maupun dalam melanjutkan kegiatan setelah pengabdian berakhir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah pertama dari kegiatan ini adalah penyuluhan pola asuh balita dan makanan sehat bervariasi yang berbahan pangan lokal. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada ibu balita, terutama yang memiliki anak berpotensi stunting. Melalui diskusi ini, peserta diajak untuk menganalisis dan memperbaiki pola asuh pada balita serta jenis makanan yang diberikan kepada mereka agar lebih bergizi dan seimbang. Partisipasi ibu balita dalam kegiatan ini sangat penting untuk memastikan bahwa pengetahuan yang diberikan dapat diterapkan dalam menjalani kehidupan mereka sehari-hari.

Selain penyuluhan, kegiatan pengabdian ini juga mencakup pemberian bantuan paket gizi berupa susu yang mengandung protein tinggi. Tujuan dari pemberian susu ini adalah untuk menambah asupan protein bagi anak balita yang mengalami stunting. Pemberian paket gizi dilakukan secara rutin setiap bulan, dengan jumlah dua kaleng susu untuk setiap anak dan seluruh (100%) telah mendapatkan paket gizi tersebut. Kader posyandu setempat bertanggung jawab untuk menyerahkan paket tersebut sekaligus memberikan edukasi mengenai cara pemberian susu dan mengantisipasi efek samping yang mungkin terjadi. Melalui kegiatan ini, diharapkan asupan gizi anak balita dapat meningkat, sehingga membantu pertumbuhan dan perkembangan mereka.

Kegiatan pelatihan diikuti oleh lebih dari 80% peserta. Kegiatan pembuatan PMT sehat bergizi serta bervariasi dari bahan pangan lokal juga menjadi bagian penting dalam program ini. Pelatihan ini bertujuan untuk memperkenalkan jenis-jenis makanan tambahan yang kaya akan protein dan cara pembuatannya menggunakan bahan-bahan lokal yang mudah didapat seperti ubi jalar, kelor, jagung, jeruk, dsb. Ibu balita dari 15

motorik, serta melemahkan sistem kekebalan tubuhnya, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas di masa dewasa⁽⁸⁾.

Cara pencegahan stunting melibatkan pendekatan holistik yang meliputi peningkatan asupan gizi, perbaikan pola asuh, memperluas akses terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi, serta edukasi gizi kepada masyarakat. Salah satu intervensi efektif adalah pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang bernutrisi dan seimbang, yang berbasis pada bahan pangan lokal. Edukasi kepada ibu mengenai pentingnya pola asuh yang tepat dan pemberian makanan yang tinggi protein, vitamin, dan mineral juga menjadi langkah penting dalam mencegah stunting^(5,9).

Pentingnya pengolahan pangan lokal ini juga tercermin dalam hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan, di mana pelatihan pembuatan Makanan Tambahan (PMT) yang bervariasi dari bahan pangan lokal berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu balita dalam menyiapkan makanan yang seimbang dan bergizi. Observasi terhadap peningkatan kemampuan ini menunjukkan bahwa dengan pemahaman yang lebih mendalam mengenai cara mengolah dan memanfaatkan bahan pangan lokal, para ibu dapat menyediakan nutrisi yang lebih optimal bagi anak-anak mereka, sehingga dapat berkontribusi dalam pencegahan stunting⁽⁹⁻¹¹⁾.

Dengan demikian, pengolahan pangan lokal tidak hanya penting dalam konteks ketahanan pangan, tetapi juga sebagai strategi utama dalam pencegahan stunting. Masyarakat yang mampu mengolah sumber daya lokal untuk mencukupi kebutuhan gizi anak-anak mereka memiliki peluang yang lebih besar untuk mengatasi tantangan stunting secara efektif. Intervensi yang melibatkan edukasi dan pelatihan mengenai pengolahan pangan lokal, seperti yang dilakukan dalam program ini, dapat memberikan dampak jangka panjang yang signifikan dalam meningkatkan kondisi gizi anak-anak serta mencegah kemungkinan stunting di kemudian hari^(10,12).

Hasil dari program pengabdian masyarakat yang mengindikasikan adanya peningkatan dalam pengetahuan dan keterampilan para mitra dalam menerapkan pola asuh dan gizi seimbang sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa edukasi dan intervensi yang tepat dapat mengurangi prevalensi stunting. Peningkatan rerata pengetahuan dari 56,00 menjadi 89,50, yang mencerminkan peningkatan sebesar 59,82%, menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan telah berhasil meningkatkan kesadaran dan pemahaman ibu balita mengenai pentingnya gizi seimbang dan pola asuh yang baik. Observasi terhadap peningkatan kemampuan peserta dalam menerapkan pola asuh dan gizi seimbang juga menunjukkan bahwa pelatihan dan pendampingan yang diberikan berdampak positif terhadap praktik sehari-hari mitra dalam menjaga kesehatan anak mereka⁽¹³⁻¹⁵⁾.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini mendukung pentingnya pendekatan komprehensif dalam pencegahan stunting, yang melibatkan edukasi, pemberdayaan masyarakat, serta peningkatan akses terhadap sumber daya yang mendukung kesehatan anak. Dengan penerapan teori stunting yang tepat, diharapkan upaya pencegahan yang dilakukan dapat terus berlanjut dan memberikan dampak jangka panjang bagi kesehatan dan kesejahteraan anak-anak di Desa Bayung Gede.

SIMPULAN

Dapat disimpulkan kegiatan telah berjalan dengan lancar, terjadi peningkatan pengetahuan mengenai stunting dan penggunaan bahan pangan lokal untuk mencegah stunting. Diharapkan ke depannya terdapat kegiatan yang serupa yang dilaksanakan secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan dana yang diberikan oleh Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa melalui Unit Pengabdian Masyarakat, yang memungkinkan pelaksanaan kegiatan PKM

ini berlangsung dengan lancar. Terima kasih penulis ucapkan juga kepada Kepala Desa dan Kader Posyandu di Desa Bayung Gede, Kecamatan Kintamani, Bangli, yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Gede ADB. Website resmi Desa Bayung Gede. Accessed August 21, 2023. Available form: <https://www.bayunggede.desa.id/>
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia/Kemenkes RI. Laporan Nasional RKD2018 FINAL .pdf. *Badan Penelit dan Pengemb Kesehatan*. Published online 2018:674.
3. Adelina FA, Widajanti L, Nugraheni SA. Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu, Tingkat Konsumsi Gizi, Status Ketahanan Pangan Keluarga Dengan Balita Stunting (Studi Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Duren Kabupaten Semarang). *J Kesehat Masy*. 2018;6(5):361-369.
4. RS UNS. Yuk, Cegah Stunting dengan Protein Hewani! *Artik Ber*. 2023;1(1):16-26.
5. Lestarini A. Nutrisi dan Sistem Imunitas. In: *Berlayar Melintasi Badai Covid-19 Jaga Kondisi Tanpa Mengabaikan Proteksi*. ; 2020:15. http://repository.warmadewa.ac.id/id/eprint/1163/1/Berlayar_Melintasi_Badai_Covid-19_Jaga_Kondisi_Tanpa_Mengabaikan_Proteksi.pdf#page=25
6. Lestarini A, Subrata T, Gunawarman AAGR, Permatananda PANK, Cahyawati PN. Peningkatan Imunitas pada Kelompok Prolanis Puskesmas IV Denpasar Selatan Selama Pandemi COVID-19. *E-Dimas J Pengabd Kpd Masy*. 2024;15(1):128-135.
7. Lestarini A, Ariwangsa GAS. Factors That Influence The Event of Low Birth Weight Baby (LBW) in Mother at Payangan, Bali.
8. Rosha BC, Sari K, SP IY, Amaliah N, Utami NH. Peran Intervensi Gizi Spesifik dan Sensitif dalam Perbaikan Masalah Gizi Balita di Kota Bogor. *Bul Penelit Kesehat*. 2016;44(2):127-138.
9. Bhutta ZA, Das JK, Rizvi A, et al. Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition: what can be done and at what cost? *Lancet*. 2013;382(9890):452-477.
10. Lestarini A, Rusni NW. Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Pencegahan Stunting pada Masa Pandemi Covid-19 di Banjar Baturiti Tengah, Desa Baturiti, Kerambitan, Tabanan. *J SEWAKA BHAKTI*. 2022;8(1):79-86.
11. Permatananda PANK, Pandit IGS, Cahyawati PN, Aryastuti AASA, Lestarini A. Pendampingan Keluarga Binaan Desa Bayung Gede, Kintamani Dalam Pencegahan Stunting. *Community Dev J J Pengabd Masy*. 2024;5(3):5292-5296.
12. Aryastuti SA, Juwita DAPR, Cahyawati PN, Witari NPD, Pradnyawati LG. Empowerment of Health Cadre in Managing Antenatal Class in Tulikup Village, Gianyar-Bali. *Int J Community Serv Learn*. 2020;4(4):393-400.
13. Cahyawati PN, Permatananda PANK. Pendampingan kader posyandu desa kerta dalam penerapan gizi seimbang dan pemantauan tumbuh kembang anak. *Warmadewa Minesterium Med J*. 2022;1(3):56-61.
14. Cahyawati PN, Santosa A, Lestarini A, Aryastuti AASA. Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengelolaan Sampah Rumah Tangga di Desa Peliatan Ubud. *Community Serv J*. 2023;6(1):34-39.
15. Aryastuti A. Cadre Training in Managing Toddler Mother Classes in Kerta Payangan Village, Gianyar. In: *WARDS 2019: Proceedings of the 2nd Warmadewa Research and Development Seminar (WARDS), 27 June 2019, Denpasar-Bali, Indonesia*. Vol 179. European Alliance for Innovation; 2020.