

Pendampingan Penanganan Stunting Pada Keluarga Balita Stunting di Posyandu Cempaka 1, Desa Selung, Kecamatan Kintamani

Putu Gde Hari Wangsa^{1*}, Ida Kurniawati², Gde Candra Yogiswara¹

¹Bagian Profesi Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

²Bagian Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Warmadewa

*Email : hariwangsa23@gmail.com

Abstrak

Kecamatan Kintamani terletak di kabupaten Bangli, sebuah wilayah yang terkenal dengan keindahan alamnya, terutama pemandangan Gunung Batur dan Danau Batur yang memukau. Desa Selung, yang terletak di Kecamatan Kintamani, menunjukkan tren yang mengkhawatirkan dalam hal kasus stunting yang tinggi, memperlihatkan tantangan yang signifikan dalam upaya meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan masyarakatnya, oleh karena hal itu perlu dilakukan pendampingan penanganan stunting pada keluarga balita stunting di daerah ini. Kelima keluarga di Banjar Sanda berpartisipasi dalam PKM. Permasalahan utama adalah kurangnya gizi pada anak balita dan pengetahuan terbatas tentang makanan sehat. Solusi mencakup pemberian paket gizi dan pelatihan membuat makanan sehat. Tahapan kegiatan meliputi sosialisasi, pelatihan, bantuan paket gizi, dan evaluasi.. Kegiatan Penyuluhan Pola Asuh dan Makanan Sehat, pembuatan PMT Sehat Bergizi dari bahan pangan local dan pemberian paket bantuan gizi dilakukan hari Minggu tgl 22 Januari 2024. Ketiga kegiatan tersebut dilakukan di masing-masing rumah keluarga binaan. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah: 1. Kelompok mitra berperan aktif dalam setiap kegiatan PKM dengan persentase kehadiran 100% dan partisipasi aktif 100%. 2. Penyuluhan pola asuh dan makanan sehat dengan metode partisipatif pada mitra mampu meningkatkan pengetahuan mitra dengan presentase 100% 3. Penyuluhan yang dilakukan mengenai pola asuh dan makanan sehat, pembuatan PMT dan pembagian paket gizi diharapkan mampu meningkatkan asupan gizi sehingga mampu mencegah stunting yang terjadi.

Kata kunci : stunting, balita, gizi

Abstract

[Assistance in Handling Stunting for Families of Stunted Toddlers at Posyandu Cempaka 1, Selung Village, Kintamani District]

Kitamani District is the district with the highest stunting rate in Bangli Regency. Selung Village is one of the villages in Kintamani District which has a large number of stunting cases, therefore it is necessary to provide assistance in handling stunting to families of stunted toddlers in this area. The partners of this community partnership program (CPP) are the families of stunted and potentially stunted toddlers in Banjar Sanda, totaling 5 families. The priority problems they set are: 1) nutritional intake for stunted children under five is very low, far below the nutritional adequacy rate (RDA) and 2) knowledge and skills about healthy food for children under five are still lacking. The proposed solutions are: 1) providing nutritional packages with high protein, 2) counseling and training on making healthy food from local ingredients. This CPP activity will be carried out in stages starting from socialization activities, counseling and training, providing nutritional package assistance, and evaluation. The counseling on parenting and healthy food, making healthy, nutritious food from local food ingredients and providing nutritional assistance packages was carried out on Sunday, January 22 2024. The third activity was carried out in each house of the assisted family. The conclusions from this activity are: 1. The partner group plays an active role in every PKM activity with a percentage of 100% attendance and 100% active participation. 2. Counseling on parenting patterns and healthy food using participatory methods to partners is able to increase partners' knowledge with a percentage of 100%. 3. It is hoped that the counseling carried out regarding parenting patterns and healthy food, making PMT and distributing nutrition packages will be able to increase nutritional intake so as to prevent stunting.

Keywords: stunting, toddler, nutrition

PENDAHULUAN.

Desa Selulung, di Kecamatan Kitamani, Kabupaten Bangli, menghadapi tantangan serius terkait stunting, yang menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak. Desa ini dipilih sebagai fokus PKM karena tingginya angka stunting di antara desa-desa Kintamani. Desa Selulung terletak pada ketinggian 800-900 mdpl dan memiliki populasi 2.709 jiwa, dengan tingkat pendidikan rendah sekitar 14,45%. Pertanian menjadi mata pencaharian utama, dengan akses air minum utama melalui sistem perpipaan dan reservoir dari program Pamsimas 2019. Meskipun terdapat akses air bersih, masalah penggiliran air terjadi terutama selama musim kemarau. Permasalahan stunting tidak hanya terkait dengan gizi, tetapi juga sanitasi, akses terhadap layanan kesehatan, dan lingkungan yang bersih. Pendekatan holistik dan kolaboratif diperlukan untuk mengatasi stunting. PKM di Desa Selulung melibatkan pemerintah, LSM, sektor swasta, dan masyarakat. Peningkatan akses terhadap pendidikan kesehatan, perawatan ibu dan anak, serta penguatan peran keluarga dalam pola makan yang sehat menjadi fokus utama. Selain itu, penguatan infrastruktur dan sistem distribusi air bersih perlu dilakukan untuk mengatasi masalah penggiliran air. Kolaborasi lintas sektor dan partisipasi aktif masyarakat diharapkan dapat meningkatkan efisiensi dan keandalan sistem distribusi air. Upaya pencegahan stunting harus menyentuh berbagai aspek, termasuk akses terhadap pangan bergizi, sanitasi lingkungan, dan layanan kesehatan yang berkualitas. Diperlukan juga pendidikan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola hidup sehat dan sanitasi yang baik.



Gambar 1. Foto Bak penampungan air



Gambar 2. Foto Keran umum

Kekurangan gizi kronik dapat menyebabkan kejadian stunting yang berakibat pada kegagalan pertumbuhan dan perkembangan balita yang ditandai anak terlalu pendek untuk usianya. Stunting baru tampak setelah anak berusia 2 tahun yang disebabkan oleh kekurangan gizi yang terjadi sejak dalam kandungan.⁽¹⁾ Stunting terjadi sejak awal kehidupan yang menggambarkan status gizi kurang kronis pada masa pertumbuhan. Faktor yang mempengaruhi stunting antara lain status sosial ekonomi keluarga, status gizi ibu hamil, pendidikan orang tua, sanitasi lingkungan serta pengetahuan orang tua mengenai gizi balita.⁽²⁾ Salah satu cara pencegahan stunting adalah pemberian protein hewani karena protein hewani penting untuk mencegah stunting karena mengandung asam amino esensial yang lengkap dan berkualitas tinggi.^(3,4) PKM bermitra dengan lima keluarga yang memiliki anak balita stunting atau berpotensi stunting di Banjar Mesahan Desa Selulung. Mereka mayoritas adalah petani atau buruh tani, dengan sebagian besar berpendidikan tingkat SMP atau SMA, dengan kategori penghasilan rendah. Hasil wawancara dengan ibu balita menggunakan metode 24-hour food recall menunjukkan bahwa sebagian besar anak balita menerima asupan gizi di bawah Angka Kecukupan Gizi (AKG), terutama dalam hal asupan protein.

Selain masalah asupan gizi yang kurang, dari hasil wawancara dengan beberapa ibu anak stunting didapatkan bahwa pengetahuan mereka tentang makan sehat bergizi sesuai isi piringku masih kurang. Di samping itu, dari hasil pengamatan rumah mereka, diketahui bahwa sebagian besar pekarangan rumah yang mereka miliki

tidak dimanfaatkan untuk kebun atau budidaya bahan pangan lainnya, lahan ini merupakan potensi yang dapat dimanfaatkan untuk bercocok tanam sehingga membantu peningkatan gizi balita dikeluarga mitra. Umumnya, bahan makan pokok yang dikonsumsi setiap harinya

didapat dari pasar. Dari hasil pengamatan di lapangan, persediaan bahan makan pokok yang mereka miliki hanya untuk beberapa hari saja dan jumlah persediaan tersebut sesuai dengan jumlah uang yang dimilikinya.

Tabel 1. Hasil pengukuran asupan gizi berdasarkan 24 hour's food recall

| Penduduk sasaran | Persentase asupan gizi dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) | | | | | |
|------------------|--|----------|----------|-----------|------------|------------|
| | total | karbo | protein | lemak | kalsium | zat besi |
| Balita (n=43) | | | | | | |
| Range (%) | 17,1-89,1 | 13.1-193 | 8.3-58.7 | 11.1-46.1 | 15.8-109.3 | 10.6-109.3 |
| Mean (%) | 53,78 | 73,2 | 25,5 | 23,7 | 31.32 | 34,2 |
| Median (%) | 49,95 | 72,7 | 19,7 | 22,45 | 21.8 | 22,3 |

Selain masalah asupan gizi yang kurang, dari hasil wawancara dengan beberapa ibu anak stunting didapatkan bahwa pengetahuan mereka tentang makan sehat bergizi sesuai isi piringku masih kurang. Di samping itu, dari hasil pengamatan rumah mereka, diketahui bahwa sebagian besar pekarangan rumah yang mereka miliki tidak dimanfaatkan untuk kebun atau budidaya bahan pangan lainnya, lahan ini merupakan potensi yang dapat dimanfaatkan untuk bercocok tanam sehingga membantu peningkatan gizi balita dikeluarga mitra. Umumnya, bahan makan pokok yang dikonsumsi setiap harinya didapat dari pasar. Dari hasil pengamatan di lapangan, persediaan bahan makan pokok yang mereka miliki hanya untuk beberapa hari saja dan jumlah persediaan tersebut sesuai dengan jumlah uang yang dimilikinya.

Berdasarkan penuturan orang tua balita stunting, mayoritas ayah dan ibu dari anak-anak tersebut bekerja sebagai buruh tani di kebun orang. Mereka berangkat pagi dan pulang saat sore hari, meninggalkan anak-anak mereka yang kemudian ditiptkan kepada nenek atau tetangga. Makanan yang diberikan kepada anak-anak ini biasanya terbatas pada apa yang telah disiapkan pada pagi harinya, kurang bervariasi dalam sumber karbohidrat, protein, mineral, vitamin, dan nutrisi penting lainnya. Mayoritas ayah dan ibu yang bekerja ini

juga mengakibatkan waktu anak-anak untuk ke akses pelayanan Kesehatan seperti posyandu ataupun puskesmas terbatas. Dengan demikian, masalah prioritas yang dapat disimpulkan adalah kurangnya variasi dan kualitas asupan gizi pada anak balita stunting:

- 1) Asupan gizi pada anak balita stunting masih di bawah angka kecukupan gizi.
- 2) Pengetahuan dan keterampilan pembuatan makan sehat dari bahan pangan lokal sesuai isi piringku masih rendah.

Solusi yang dapat diberikan adalah:

- 1) Penyuluhan Pola Asuh dan Makanan Sehat

Penyuluhan akan dilakukan dengan pendekatan partisipatif, di mana ibu dari balita akan menjadi subjek utama dengan pendekatan berbasis masalah. Dalam sesi penyuluhan ini, akan dibahas pola asuh dan jenis makanan yang diberikan kepada anak balita mereka, yang disesuaikan dengan konsep "Isi Piringku". Peserta akan diajak untuk berdiskusi mengenai apa yang kurang dari praktik mereka saat ini dan bagaimana meningkatkan pola asuh dan pilihan makanan untuk anak, sehingga anak-anak tidak mengalami kekurangan gizi dan tetap sehat. Target capaian adalah pengetahuan meningkat dengan setelah diberikan penyuluhan, dengan metode penilaian pre-test dan post-test

- 2) Pemberian bantuan paket gizi
Setiap bulan, sebanyak 2 kaleng susu akan diserahkan kepada setiap ibu balita oleh mahasiswa/kader posyandu di setiap banjar. Saat penyerahan paket, kader akan memberikan edukasi kepada ibu balita tentang pola asuh, pola makan sehat yang sesuai dengan konsep "Isi Piringku", dan cara pemberian susu tersebut. Kader juga akan menjelaskan potensi efek samping yang mungkin dialami anak setelah mengonsumsi susu, serta memberikan saran tentang tindakan pencegahan yang dapat diambil oleh ibu untuk mengantisipasi efek samping tersebut. Target adalah semua mitra menerima bantuan, dan dapat meningkatkan status gizi balita mitra.
- 3) Pelatihan pembuatan PMT Sehat Bergizi dari bahan pangan lokal
Untuk memperkenalkan jenis dan cara pembuatan PMT (pangan tambahan makanan) menggunakan bahan pangan lokal yang kaya akan protein, akan diselenggarakan sesi pelatihan yang melibatkan ibu balita. Materi akan mencakup identifikasi bahan pangan lokal yang kaya protein, teknik memasak yang tepat untuk mempertahankan kandungan gizinya, dan cara menyajikan PMT secara menarik dan disukai oleh anak-anak. Selain itu, akan diberikan informasi mengenai manfaat PMT dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak serta strategi untuk mengintegrasikan PMT ke dalam pola makan sehari-hari. Target adalah mitra dapat mempraktekkan pembuatan PMT secara mandiri.

METODE.

Kerangka Kerja Pengabdian.

- 1) Sosialisasi
Pada tahap persiapan, dilakukan sosialisasi yang mencakup penjelasan tentang tujuan proyek serta kegiatan yang dilakukan, serta peran serta yang diharapkan dari mitra. Data mengenai keluarga binaan yang mengalami masalah stunting didapatkan dari kader posyandu cempaka 6. Sebelum kunjungan pertama ketua PKM

menghubungi kepala dusun Desa Selulung untuk berkoordinasi mengenai kunjungan pertama kepada sejumlah keluarga binaan yang rencana akan dilakukan, kemudian hari Minggu 17 Desember 2023 dilakukan kunjungan pertama pada seluruh keluarga binaan di Posyandu Cempaka 6, Desa Selulung, Kintamani. Kunjungan dilakukan awalnya ke rumah kepala dusun dari Desa Selulung Kintamani, kemudian diarahkan ke setiap rumah dari 5 keluarga binaan untuk menilai status gizi dan keadaan lingkungan dari keluarga binaan.

- 2) Penyuluhan Pola Asuh dan Makanan Sehat
Penyuluhan dilakukan dengan pendekatan partisipatif, di mana ibu dari balita menjadi subjek utama dengan pendekatan berbasis masalah. Dalam sesi penyuluhan ini, dibahas pola asuh dan jenis makanan yang diberikan kepada anak balita mereka, yang disesuaikan dengan konsep "Isi Piringku". Peserta diajak untuk berdiskusi mengenai apa yang kurang dari praktik mereka saat ini dan bagaimana meningkatkan pola asuh dan pilihan makanan untuk anak, sehingga anak-anak tidak mengalami kekurangan gizi dan tetap sehat. Kegiatan Penyuluhan Pola Asuh dan Makanan Sehat, pembuatan PMT Sehat Bergizi dari bahan pangan lokal dan pemberian paket bantuan gizi dilakukan hari Minggu tgl 22 Januari 2024. Ketiga kegiatan tersebut dilakukan di masing-masing rumah keluarga binaan. Kegiatan penyuluhan pola asuh dan makanan sehat dilakukan selama kurang lebih 1 jam 30 menit diawali dengan pre-test, penyuluhan, dan sesi diskusi kemudian kegiatan ditutup dengan post-test.
- 3) Pemberian bantuan paket gizi
Setiap bulan, sebanyak 2 kaleng susu diserahkan kepada setiap ibu balita oleh mahasiswa/kader posyandu di setiap banjar. Penyerahan paket pertama dilakukan berbarengan dengan kegiatan penyuluhan pola asuh dan makanan

sehat serta pelatihan pembuatan makanan tambahan sehat bergizi dari bahan pangan lokal kepada keluarga mitra. Saat penyerahan paket, kader memberikan edukasi kepada ibu balita tentang pola asuh, pola makan sehat yang sesuai dengan konsep "Isi Piringku", dan cara pemberian susu tersebut. Kader juga menjelaskan potensi efek samping yang mungkin dialami anak setelah mengonsumsi susu, serta memberikan saran tentang tindakan pencegahan yang dapat diambil oleh ibu untuk mengantisipasi efek samping tersebut.

4) **Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan Sehat Bergizi dari Bahan Pangan Lokal**

Untuk memperkenalkan jenis dan cara pembuatan PMT (pangan tambahan makanan) menggunakan bahan pangan lokal yang kaya akan protein, diselenggarakan sesi pelatihan yang melibatkan ibu balita bersamaan dengan penyuluhan pola asuh dan makanan sehat. Materi mencakup identifikasi bahan pangan lokal yang kaya karbohidrat dan protein seperti jagung, teknik memasak yang tepat untuk mempertahankan kandungan gizinya seperti pembuatan susu jagung, dan cara menyajikan PMT secara menarik dan disukai oleh anak-anak. Selain itu diberikan informasi mengenai manfaat PMT dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak serta strategi untuk mengintegrasikan PMT ke dalam pola makan sehari-hari.

5) **Monitoring dan Evaluasi**

Monitoring dan evaluasi dilakukan dengan menilai partisipasi aktif para mitra, membandingkan nilai pre-test dan post-test untuk mengevaluasi

peningkatan pengetahuan serta melakukan observasi untuk menilai keterampilan mitra dalam mengolah makanan. Dari hasil pre-test dan post-test didapatkan peningkatan pengetahuan mitra mengenai penyuluhan pola asuh dan makanan sehat serta pengetahuan dalam pembuatan makanan tambahan sehat bergizi dari bahan pangan lokal

Analisis Data

Dalam program kemitraan masyarakat ini, digunakan pre-test dan post-test sebagai alat untuk mengukur tingkat keberhasilan dan pencapaian dari kegiatan pengabdian yang dilakukan. Pre-test dan post-test akan dilakukan oleh ibu balita setelah mereka menerima penyuluhan dan pelatihan dari narasumber. Hal ini akan membantu dalam mengevaluasi pemahaman dan perubahan perilaku yang terjadi setelah penyuluhan dan pelatihan dilakukan..

HASIL dan PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan Pola Asuh dan Makanan Sehat, pembuatan PMT Sehat Bergizi dari bahan pangan local dan pemberian paket bantuan gizi dilakukan bersamaan dalam satu hari. Ketiga kegiatan tersebut dilakukan di masing-masing rumah keluarga binaan. Kegiatan penyuluhan serta pelatihan pembuatan PMT sehat bergizi dilakukan selama kurang lebih 1 jam 30 menit diawali dengan pre-test, penyuluhan, sesi diskusi dan praktek oleh keluarga binaan, kemudian kegiatan ditutup dengan post-test serta pemberian paket bantuan gizi kepada masing masing keluarga binaan.

Pretest diberikan kepada mitra berupa soal pilihan ganda berupa 10 soal mengenai pola asuh dan makanan sehat serta apa itu stunting dan pencegahannya.

Tabel 2. Hasil Pre-test dan Post-test

| Ibu Balita | Pre-test | Post-Test |
|-------------------|-----------------|------------------|
| Ibu Balita 1 | 60 | 70 |
| Ibu Balita 2 | 60 | 80 |
| Ibu Balita 3 | 50 | 70 |
| Ibu Balita 4 | 60 | 80 |
| Ibu Balita 5 | 40 | 80 |

Dari hasil penilaian pre-test dan post-test seluruh mitra diatas didapatkan peningkatan nilai 100%. Peningkatan hasil evaluasi pre-test dan post-test ini sama dengan hasil PKM mengenai pencegahan stunting melalui perbaikan gizi yang dilakukan oleh Komang Trisna, dkk. di Desa Payangan. PKM yang dilakukan oleh Pradnyawati

mengenai pencegahan stunting di Payangan juga mendapatkan hasil yang sama.^(5,6) Ini menunjukkan bahwa penyuluhan mengenai pola asuh dan makanan sehat efektif untuk meningkatkan pengetahuan mitra mengenai makanan sehat serta stunting dan penyebabnya.



Gambar 3. Penyuluhan dan pembagian paket gizi ke keluarga binaan



Gambar 4. Penyuluhan dan pembagian paket gizi ke keluarga binaan



Gambar 5. Penyuluhan dan pembagian paket gizi ke keluarga binaan

Hambatan/Kendala dan Upaya Tindak Lanjut

Pada kegiatan ini terdapat kesulitan untuk mengkonfirmasi serta menetapkan tanggal dan waktu berkunjung ke keluarga binaan dikarenakan keluarga binaan terkadang susah dihubungi akibat medan yang sulit mendapatkan sinyal operator seluler, serta pekerjaan rata-rata keluarga binaan adalah berkebun dan Kembali ke rumah di sore hari.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah

1. Kelompok mitra berperan aktif dalam setiap kegiatan PKM dengan persentase kehadiran 100% dan partisipasi aktif 100%.
2. Penyuluhan pola asuh dan makanan sehat dengan metode partisipatif pada mitra mampu meningkatkan pengetahuan mitra dengan presentase 100%
3. Penyuluhan yang dilakukan mengenai pola asuh dan makanan sehat, pembuatan PMT dan pembagian paket gizi diharapkan mampu meningkatkan asupan gizi sehingga mampu mencegah stunting yang terjadi

Saran

Perlu dilakukan penyuluhan lanjutan tentang kegiatan ini sehingga gizi anak-anak dari keluarga binaan bisa terpantau.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada Fakultas Kedokteran Univeristas Warmadewa, seluruh aparat Desa Selulung, Mitra di Banjar Sanda, Desa Selulung, Kecamatan Kintamani.

DAFTAR PUSTAKA

1. Republik Indonesia KK. Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf [Internet]. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018. p. 674. Available from: http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf

2. Adelina FA, Widajanti L, Nugraheni AS. Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu, Tingkat Konsumsi Gizi, Status Ketahanan Pangan Keluarga Balita Stunting (Studi pada Balita Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Duren Kabupaten Semarang). *J Kesehat Masy* [Internet]. 2018;6(5):361–9. Available from: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/22059>
3. RS UNS. Yuk, Cegah Stunting dengan Protein Hewani! [Internet]. RS UNS. 2023. Available from: <https://rs.uns.ac.id/yuk-cegah-stunting-dengan-protein-hewani/#:~:text=Ikan dan hasil laut%2C unggas,bagi bayi untuk mencegah stunting.>
4. Ch Rosha B, Sari K, Rosha BC, Sp IY, Amaliah N, Utami NH. Peran Intervensi Gizi Spesifik dan Sensitif dalam Perbaikan Masalah Gizi Balita di Kota Bogor Roles Of Sensitive And Specific Nutritional Interventions In The Improvement Of Nutritional Problems In Bogor.
5. Sumadewi K, Lestarini A, Harkitasari S. Pencegahan Stunting Melalui Perbaikan Gizi Di Banjar Gadungan, Desa Bresela, Kecamatan Payangan. *Warmadewa Minesterium Med J*. 2022;1(3):68–75.
6. Pradnyawati LG, Ratna Juwita DAP, Indra Wijaya M, Hegard Sukmawati NM, Eka Pratiwi A. Program kemitraan masyarakat pencegahan stunting di Desa Kerta, Kecamatan Payangan. *Warmadewa Minesterium Med J* [Internet]. 2022;Vol.1 No.2(2):50–5. Available from: <https://www.ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/wmmj/article/view/4978/3589>