

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMBUATAN MAKANAN TAMBAHAN LOKAL DI KAMPUNG BINTANG PEPARA

¹Nirma Afriya, ²Asnawita, ³Muhammad Hafilza D, ⁴Teuku Thandi Amar Fahri, ⁵Marfirah Nur, ⁶Olin Fitria Ningsih, ⁷Sanusi, ⁸Rivansyah Suhendra, ⁹Suryadi

¹⁷⁸⁹Prodi Teknologi Informasi, Fakultas Teknik, Universitas Teuku Umar

²Prodi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Teuku Umar

³Prodi Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Teuku Umar

⁴⁵Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Teuku Umar

⁶Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas FKM, Universitas Teuku Umar

Email: nirmaaa559@gmail.com, sanusi@utu.ac.id

ABSTRAK

Prevalensi stunting di Kabupaten Aceh tengah pada tahun 2022 sebesar 32%, angka tersebut masih di atas rata-rata Provinsi Aceh yaitu sebesar 31,2% dan rata-rata nasional 21,6%. Stunting adalah kondisi ketika pertumbuhan fisik dan perkembangan mental seorang anak terhambat akibat kekurangan nutrisi, terutama pada masa awal kehidupan, biasanya sebelum usia 2 tahun dan juga dapat berdampak negatif pada perkembangan otak, sistem kekebalan tubuh, dan daya tahan terhadap penyakit. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk peningkatan pengetahuan dan pemahaman serta partisipasi masyarakat dalam pencegahan stunting melalui pembuatan makanan tambahan lokal dengan pemanfaatan pudding alpukat dan daun telor. Hal ini dilakukan dengan menilai pengetahuan masyarakat dan permasalahan yang dihadapinya Informasi pencegahan dan cara menilai atau mendeteksi dini keterlambatan perkembangan pada anak usia dini di kampung Bintang Pepara, Kecamatan Ketol, Kabupaten Aceh Tengah. Metode yang digunakan mulai dari studi lapangan, program edukasi dan penyuluhan, kerjasama posyandu, dan evaluasi dampak. Hasil pengabdian diperoleh bahwa puding alpukat dan daun kelor bisa menjadi contoh makanan yang kaya gizi dan menarik bagi anak-anak di kampung bintang pepara, masyarakat sangat antusias dalam mengikuti pendampingan dan dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal bagi masyarakat kampung bintang pepara.

Keywords: Pendampingan, Stunting, Alpukat, Daun Kelor

ABSTRACT

The prevalence of stunting in Central Aceh Regency in 2022 is 32%, this figure is still above the Aceh Province average of 31.2% and the national average of 21.6%. Stunting is a condition where a child's physical growth and mental development are hampered due to lack of nutrition, especially in the early stages of life, usually before the age of 2 years and can also have a negative impact on brain development, the immune system and resistance to disease. The aim of this community service activity is to increase knowledge and understanding as well as community participation in preventing stunting through making local additional food using avocado pudding and egg leaves. This is done by assessing community knowledge and the problems they face. Information on prevention and how to assess or detect early developmental delays in young children in Bintang Pepara village, Ketol District, Central Aceh Regency. The methods used range from field studies, education and counseling programs, posyandu collaboration, and impact evaluation. The results of the service showed that avocado pudding and Moringa leaves could be an example of food that is rich in nutrition and attractive for children in Bintang Pepara village. The community was very enthusiastic about participating in the assistance and could help meet nutritional needs which are important for optimal growth and development for the people of Bintang pepara Village.

Afriya, Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Melalui Pembuatan Makanan Tambahan Lokal Di Kampung Bintang Pepara

Keywords: Mentoring, Stunting, Avocados, Moringa Leaves

1 PENDAHULUAN

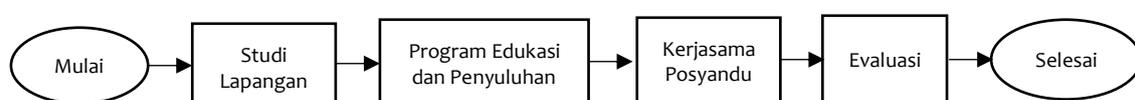
Kementerian Kesehatan mengumumkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada Rapat Kerja Nasional BKKBN, dimana prevalensi stunting di Indonesia turun dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di 2022 (KEMENKES, 2022) [1]. Stunting adalah kondisi ketika pertumbuhan fisik dan perkembangan mental seorang anak terhambat akibat kekurangan nutrisi, terutama pada masa awal kehidupan, biasanya sebelum usia 2 tahun. Kondisi ini dapat mengakibatkan anak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari seharusnya untuk usianya, dan juga dapat berdampak negatif pada perkembangan otak, sistem kekebalan tubuh, dan daya tahan terhadap penyakit. Stunting adalah kondisi gagal pada proses pertumbuhan dan perkembangan balita akibat kekurangan gizi sejak dalam kandungan, dan dapat diketahui dengan melihat tubuh anak yang lebih kecil dibandingkan anak seusianya. Dampak dari stunting itu sendiri yaitu penurunan kecerdasan, kerentanan terhadap penyakit, menghambat pertumbuhan ekonomi dan produktifitas kerja dan memperburuk kesenjangan [2]. Stunting biasanya disebabkan oleh kurangnya asupan nutrisi yang memadai, terutama protein, kalori, zat besi, vitamin A, dan mineral lainnya, yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan stunting meliputi infeksi kronis, kebersihan yang buruk, akses terbatas ke air bersih, dan praktik pemberian makan yang tidak tepat.

Aceh tengah merupakan salah satu kabupaten yang ada di Provinsi Aceh. Prevalensi stunting di Kabupaten Aceh tengah pada tahun 2022 sebesar 32%, angka tersebut masih di atas rata-rata Provinsi Aceh yaitu sebesar 31,2% dan rata-rata nasional 21,6%. Konsumsi pangan yang berkualitas merupakan kunci untuk mengatasi masalah kekurangan gizi, seperti stunting yang merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis [3]. Prevalensi stunting di Aceh sejak tahun 2007 sampai sampai tahun 2018 berdasarkan hasil riskesdas maupun hasil survey PSG 2014-2018 termasuk dalam kategori sangat tinggi dan tinggi, yaitu daerah dengan prevalensi stunting berada diantara 30-39%. Berdasarkan kriteria WHO prevalensi stunting <20% “renda”, prevalensi 20-29,9% “sedang”, 30-39,9% “tinggi” dan bila $\geq 40\%$ “sangat tinggi” (WHO, 2010). Jika dilihat penyebaran prevalensi stunting berdasarkan kabupaten di Aceh menunjukkan hampir semua kabupaten mempunyai prevalensi stunting yang tinggi (>30%). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 yang tersedia data stunting perkabupaten menunjukkan terdapat disparitas yang sangat tinggi dan beberapa kabupaten di Aceh prevalensi stunting melebihi angka rata-rata provinsi. [4].

Berdasarkan hasil wawancara dengan masyarakat dan pihak posyandu di kampung Bintang Pepara Kecamatan Ketol, Kabupaten Aceh Tengah, bahwa cukup banyak kasus stunting di kampung tersebut. Oleh karena itu perhatian terhadap pemenuhan pangan yang bergizi perlu dilakukan. Upaya peningkatan gizi masyarakat untuk pencegahan stunting dapat dilakukan melalui pembuatan makanan tambahan lokal yaitu pemanfaatan daun kelor dan buah alpukat yang bergizi bisa menjadi solusi yang tepat.

2 METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kampung Bintang Pepara, Kecamatan Ketol, Kabupaten Aceh Tengah, Provinsi Aceh. Waktu pelaksanaan pengabdian mulai dari Tanggal 29 Juli s.d 31 Agustus 2023. Berdasarkan permasalahan yang sudah diidentifikasi, maka metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini menggunakan metode pendampingan. Adapun tahapan-tahapan kegiatan yang dilakukan ditunjukkan pada diagram alir berikut:



Gambar 1. Diagram Alir Pengabdian

Afriya, Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Melalui Pembuatan Makanan Tambahan Lokal Di Kampung Bintang Pepara

1. Studi Lapangan

Studi lapangan dilakukan untuk mengumpulkan data dari beberapa dusun yang berbeda. Melalui studi ini, dapat mengamati dan memahami secara lebih mendalam tentang bagaimana perilaku orang tua dalam pencegahan stunting. Data yang terkumpul dari studi lapangan ini akan memberikan wawasan berharga yang sangat diperlukan dalam merancang pendekatan yang sesuai dan efektif untuk mengintegrasikan dengan pemanfaatan daun kelor dan alpukat ke dalam pola makan masyarakat secara menyeluruh.

2. Program Edukasi dan Penyuluhan

Mengembangkan program edukasi bagi kader kesehatan dan orang tua tentang manfaat Alpukat dan daun kelor dalam mencegah stunting, serta cara memasukkan alpukat dan daun kelor dalam pola makan anak-anak.

3. Kerjasama Posyandu

Aktif bersama berbagai lembaga pemerintah dan kesehatan, kami merumuskan strategi yang bertujuan untuk mengintegrasikan daun kelor dan alpukat dalam program gizi anak. Pendekatan ini tidak hanya bertujuan untuk memperluas efektivitas program, tetapi juga meningkatkan cakupannya dalam upaya Stunting.

4. Evaluasi Dampak

Mengukur dampak nyata dari integrasi daun kelor dan mangga dalam program pencegahan stunting melalui pemantauan intensif pertumbuhan anak dan evaluasi mendalam terhadap pengetahuan serta perubahan perilaku masyarakat terkait pencegahan Stunting di kampung Bintang Pepara.

3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi ini telah memberikan pandangan mendalam tentang upaya pencegahan stunting melalui pemanfaatan potensi lokal, khususnya buah Alpukat dan daun kelor, di kampung Bintang Pepara, Kecamatan Ketol, Kab. Aceh Tengah. Melalui pendekatan yang melibatkan studi lapangan, edukasi, kolaborasi dengan berbagai pihak, dan implementasi program pencegahan stunting.

1. Kegiatan Pendampingan dan Penggalan Informasi

Hasil survei yang telah diamati bahwa selaman ini kebiasaan orang tua yang kurang memperhatikan tingkat konsumsi makanan dengan zat gizi tinggi, kurangnya pengajaran pola hidup sehat pada orang tua ke anak, kurangnya pemantuan orang tua terhadap tumbuh kembang anak, dan tidak pernah mengikuti posyandu untuk sekedar mengukur berat badan dan tinggi badan anak menjadi alasan utama mengapa anak kerap mengalami dampak bahaya stunting. Akan tetapi, hal tersebut seharusnya dapat diatasi apabila anak mendapatkan edukasi dari orang tua nya. Kegiatan pendampingan dan penggalan Informasi terhadap pengetahuan orang terkait stunting ditunjukkan pada gambar 2 berikut:



Gambar 2. Kegiatan Pendampingan dan Penggalan Informasi

Kegiatan yang terlihat pada Gambar 2 di atas merupakan kegiatan yang dilakukan oleh tim pengabdian untuk pendampingan dan penggalan informasi pengetahuan masyarakat terkait cara pencegahan stunting sejak dini. Pengalaman dan ilmu untuk memberi manfaat dan perubahan bagi masyarakat. Kegiatan sosialisasi ini berlangsung di Balai Musyawarah Kampung Bintang Pepara pada pukul 09.30-10.30. Program pencegahan stunting yang melibatkan kolaborasi dengan lembaga pemerintah, kesehatan, dan kader kesehatan desa telah membuktikan keefektifannya. Keterlibatan masyarakat sangat aktif dalam program ini dalam menghadapi tantangan stunting. Pemanfaatan potensi lokal Alpukat dan daun kelor sebagai sumber nutrisi yang kaya, telah terbukti memiliki peran penting dalam mencegah stunting. Pemanfaatan potensi lokal seperti buah Alpukat dan daun Kelor dapat menjadi solusi yang inovatif dalam mengatasi masalah gizi pada anak-anak usia dini. Strategi integrasi daun kelor dan buah alpukat dalam program gizi anak telah terbukti menjadi langkah yang signifikan dalam mengatasi stunting. Mengolah makanan dengan tepat agar menjadi asupan yang bergizi penting untuk diketahui oleh para ibu maupun calon ibu guna mencegah stunting. Oleh karena itu, dilakukan penyuluhan terkait stunting dan gizi seimbang serta pengolahan makanan sehat di Kampung Bintang Pepara. Kegiatan tersebut dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait bahaya stunting dan cara pencegahannya melalui pemberian asupan gizi yang baik [5], [6].

2. Proses Pembuatan Puding Alpukat dan Daun Kelor

Alpukat mengandung magnesium, potassium, vitamin C, vitamin E dan vitamin K. Daun kelor merupakan tumbuhan yang sudah mengalami naturalisasi di Indonesia. Masyarakat Indonesia sudah lama memanfaatkan kelor sebagai bahan pangan dan obat. Pada umumnya bagian yang digunakan adalah daunnya. Kelor dimanfaatkan sebagai sayur oleh masyarakat di berbagai daerah di Indonesia. Tanaman kelor memiliki kandungan super gizi, baik untuk pangan, obat-obatan, maupun lingkungan maka informasi terkait manfaat tanaman kelor perlu disosialisasikan secara luas kepada masyarakat, agar dapat dibudidayakan secara luas dan dimanfaatkan secara optimal [7]. Adapun proses pembuatan pudding alpukat dan daun kelor dapat ditunjukkan pada Gambar 3 berikut:



Gambar 3. Proses Pembuatan Puding Alpukat, Daun Kelor dan Distribusi kepada Masyarakat

Beberapa kajian tentang pemanfaatan alpukat dan daun kelor menunjukkan bahwa pemanfaatan tanaman lokal ini yang mengandung zat gizi tinggi, mampu meningkatkan kadar haemoglobin. Kajian ilmiah tentang berbagai macam olahan dan variasi menu sajian daun kelor dapat meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Didukung oleh penelitian lain yang menyebutkan bahwa pemberian dosis dalam suplementasi ekstrak kelor kemungkinan berpengaruh terhadap kadar haemoglobin. Pemberian ekstrak kelor 1400 mg per hari secara signifikan meningkatkan haemoglobin [8]. Penurunan Angka Prevalensi Stunting berpotensi berdampak signifikan pada penurunan angka prevalensi stunting di Kampung Bintang Pepara dan wilayah sekitarnya. Dengan fokus pada pencegahan stunting melalui integrasi buah alpukat dan daun Kelor dalam pola makan

Afriya, Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Melalui Pembuatan Makanan Tambahan Lokal Di Kampung Bintang Pepara

anak-anak, diharapkan terjadi peningkatan asupan nutrisi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal.

4 KESIMPULAN DAN SARAN

Studi ini telah memberikan pandangan mendalam tentang upaya pencegahan stunting melalui pemanfaatan potensi lokal, khususnya buah Alpukat dan daun kelor di kampung Bintang Pepara. Melalui kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu dan calon ibu di kampung bintang pepara terkait bahaya stunting dan cara pencegahannya melalui asupan gizi yang baik. Kegiatan berjalan dengan baik dan lancar serta sesuai sasaran. Hasil dari kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat menekan angka kejadian stunting khususnya masyarakat Kampung bintang pepara dan masyarakat Kabupaten Aceh Tengah pada umumnya.

REFERENSI

- [1] <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/> (diakses: 26/08/2023).
- [2] Yuwanti., Mulyaningrum, F. M., Susanti, M. M. (2021). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Stunting Pada Balita Di Kabupaten Grobogan. Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus. Vol. 10, No.1. 10.31596/jcu.v10i1.704.
- [3] <https://acehtengahkab.go.id/berita/kategori/penanganan-stunting/pemerintah-kabupaten-aceh-tengah-meluncurkan-program-desa-b2sa-untuk-peningkatan-kualitas-konsumsi-pangan-dan-kesehatan-masyarakat> (diakses: 26/08/2023).
- [4] https://bappeda.acehtengahkab.go.id/media/2022.07/4_laporan_stunting_2021.pdf. (diakses: 26/08/2023).
- [5] Dzulqaidah, I., Sari, K.W., Wardini, T. R., Andriani, F., Alimajaya, A., Andriansyah., Multazam, M. J., Aqila, Q., Amalia, W. R., Parwati, P. Y. (2023). Puding 4 Bintang Sebagai Asupan Gizi untuk Cegah Stunting di Desa Sembalun Lawang. Jurnal Wicara Desa, Volume 1 Nomor 2. <https://journal.unram.ac.id/index.php/wicara> .
- [6] Ningrum, N. P., Hidayatunnikmah, N., & Rihardini, T. (2020). Cegah stunting sejak dini dengan makanan bergizi untuk ibu hamil. E-Dimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, 11(4), 550-555.
- [7] Haidar, D. A., & Hutama, F. S. (2016). Persepsi Masyarakat Jawa terhadap Tumbuhan Kelor Di Kecamatan Ambulu Jember. Fkip E-Proceeding, 1, 25–31. <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/fkip-epro/article/view/5829> .
- [8] Nurdin, M. S., Thahir, A. I. A., & Hadju, V. (2018). Supplementations on Pregnant Women and the Potential of Moringa Oleifera Supplement to Prevent Adverse Pregnancy Outcome. International Journal of Science and Healthcare Research, 3(1), 71–75.