

Pemberdayaan Masyarakat Desa Bukit Tinggi dalam Mencegah Stunting Melalui Edukasi Gizi dan Pelatihan Praktis

Nurhayati Tine¹, Nunung Suryana Jamin¹, Sulastya Ningsih^{1*}

¹Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

*Correspondence: sulastyasulas@gmail.com

ABSTRACT

Stunting is a serious health problem in Indonesia, including in Bukit Tinggi Village, Pohuwato District. The problem in this village is that there are still stunting children, and around three or four toddlers who experience stunting. The socialization activity was held at the Bukit Tinggi Village Office, Popayato District, Pohuwato Regency. This intervention is expected to reduce the prominent level and support optimal child development through a participatory approach that involves the government, health workers, and the community. The purpose of the socialization of nutritional education is to increase community understanding of stunting in children, nursing mothers and pregnant women. The results of the training show that although the level of prominent levels, public knowledge about the movement needs to be improved, and further education about nutrition, and further life behavior. This training is a quantity of community entrepreneurship in a surprising response through nutritional education and training on additional administration (PMT), such as Sop Lo Bin (Corn Soup) which is Krey (PMT) Sopti.

Keywords: Community Empowerment; Stunting; Nutrition Education; Practical Training

ABSTRAK

Stunting adalah masalah kesehatan yang serius di Indonesia, termasuk di desa bukit tinggi, pohuwato distrik. permasalahan di desa ini adalah masih terdapat anak yang stunting, dan sekitar tiga atau empat balita yang mengalami stunting. kegiatan sosialisasi diadakan di kantor desa bukit tinggi, distrik popayato, kabupaten pohuwato. intervensi ini diharapkan dapat mengurangi tingkat yang menonjol dan mendukung perkembangan anak yang optimal melalui pendekatan partisipatif yang melibatkan pemerintah, petugas kesehatan, dan masyarakat. tujuan dari adanya kegiatan sosialisasi edukasi gizi adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai stunting pada anak, ibu menyusui dan ibu hamil. hasil pelatihan menunjukkan bahwa meskipun tingkat yang menonjol rendah, pengetahuan masyarakat tentang perkepipangan perlu ditingkatkan, dan pendidikan lebih lanjut tentang nutrisi, dan perilaku hidup lebih lanjut. pelatihan ini bertujuan tukudai pemberdayaan masyarakat dalam pengahan yang mengejutkan melalui pendidikan gizi dan pelatihan tentang pemberian tambahan (pmt), seperti sop lo bin (sup jagung) yang kakan krey (pmt) sopti.

Kata Kunci: Pemberdayaan Masyarakat; Stunting; Edukasi Gizi; Pelatihan Praktis.

Copyright © 2024 The Author(s): This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

1. Pendahuluan

Kesehatan yang baik memegang peranan penting dalam kehidupan dan mendukung kelancaran semua sistem. Keadaan sejahtera secara fisik, mental, dan sosial yang memungkinkan pelaksanaan tugas sehari-hari dengan sebaik-baiknya disebut kesehatan. Pola hidup sehat mengutamakan hal-hal seperti pola makan yang baik, pemeliharaan fisik dan spiritual, serta pengelolaan lingkungan yang bersih dan kesehatan diri (Susanti & Kholisoh, 2018). Salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia adalah stunting. Berdasarkan SSGI (Survei Status Gizi Indonesia) prevalensi stunting adalah 21,6% pada tahun 2022. Di Indonesia, stunting disebut sebagai kerdil,

yang berarti terjadi gangguan pada pertumbuhan fisik dan otak anak. Gangguan kronis masalah gizi seperti tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia anak merupakan ciri-ciri utama stunting. Stunting pada anak dapat terjadi sejak 1000 hari pertama kehidupan dan disebabkan oleh berbagai faktor, terutama faktor sosial ekonomi, faktor lingkungan, asupan makanan, kekurangan mikronutrien, status gizi ibu, serta penyakit menular.

Permasalahan gizi yang dihadapi anak stunting dapat menghambat tumbuh kembang anak serta berdampak buruk pada kualitas hidup mereka dalam upaya mencapai potensi penuh dalam hal pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Pertumbuhan dan perkembangan balita sangat terbantu dengan pemberian makanan tambahan dengan kandungan gizi yang cukup dan seimbang selama masa balita. Makanan yang diolah di pabrik atau dibuat sendiri dengan menambahkan zat gizi ekstra pada berbagai sumber makanan dapat dianggap sebagai makanan pendamping ASI (MP-ASI). Menurut kriteria antropometri untuk menilai status gizi anak, balita pendek (stunting) memiliki status gizi berdasarkan indeks PB/U atau TB/U (Rahmadhita, 2020).

Edukasi tentang kesehatan merupakan upaya untuk terjadinya perubahan perilaku pada setiap individu maupun kelompok masyarakat ke arah yang positif. Berbagai metode dapat digunakan untuk melaksanakan edukasi kesehatan, salah satunya penyuluhan. Proses pemberian informasi dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dikenal sebagai penyuluhan dalam bidang kesehatan (Kisman et al., 2020). Edukasi merupakan salah satu bentuk pendidikan kesehatan yang dapat dilakukan dalam pencegahan stunting dengan memberikan informasi tentang stunting kepada kaum muda. Edukasi yang juga dikenal sebagai pendidikan gizi, dapat berdampak positif terhadap pengetahuan dan berfungsi sebagai salah satu tindakan pencegahan utama terhadap stunting (Febrianti et al., 2022).

Kader Posyandu memberikan makanan tambahan kepada balita sebagai bagian dari pembinaan PMT (Pemberian Makanan Tambahan). Penyuluhan PMT memiliki dua tujuan: pertama, untuk mengedukasi orang tua balita tentang makanan ringan sehat yang dapat diberikan kepada balita. Kedua, untuk mendorong keterlibatan masyarakat dalam mendukung pelaksanaan Posyandu (Syafaqoh dkk., 2023; Haryani dkk., 2024). Terdapat dua jenis PMT, yaitu PMT pemulihan dan PMT penyuluhan. Keduanya memiliki tujuan yang sama, yaitu memenuhi kebutuhan Zat Gizi sebagaimana yang diperlukan oleh balita. PMT Pemulihan dianjurkan untuk memenuhi kebutuhan gizi balita serta sebagai sarana belajar bagi ibu dari balita. PMT pemulihan diberikan dalam bentuk makanan. Makanan ini hanya sebagai pengganti makanan sehari-hari, bukan sebagai makanan utama dan sebaiknya berbasis makanan lokal.

Masalah stunting di kabupaten pohuwato, menjadi salah satu perhatian serius dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Salah satunya di Desa Bukit Tingki, berdasarkan data terbaru, terdapat tiga balita di desa ini yang mengalami stunting. Berdasarkan hasil wawancara dengan Ayahnda Muhtar Hasan pada tanggal 27 juli 2024 saat kami meminta izin untuk menjadi mitra dalam KKN tematik ini beliau mengatakan bahwa desa bukit tingki masih terdapat anak yang mengalami permasalahan stunting dan beliau juga meminta bantuan kami untuk membantu menekan angka prevalensi stunting pada desa tersebut sehingga bisa sama-sama berkerjasama untuk menurunkan angka stunting tersebut. Dengan memberikan penyuluhan, Pelatihan kepada masyarakat setempat sehingga ibu-ibu hamil dan menyusui memiliki pengetahuan dan ilmu mengenai gizi seimbang dan nutrisi pada balita. Sejalan dengan pendapat oleh wati (2021) mengatakan bahwa Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah

lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun (TNP2K, 2017).

Balita pendek (*stunted*) dan sangat pendek (*severely stunted*) adalah balita dengan panjang badan (PB/U) atau tinggi badan (TB/U) menurut umurnya dibandingkan dengan standar baku WHO-MGRS (Multicentre Growth Reference Study), sedangkan definisi stunting menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) adalah anak balita dengan nilai z-score kurang dari $-2SD$ /standar deviasi (*stunted*) dan kurang dari $-3SD$ (*severely stunted*). Untuk mengatasi hal ini pemberdayaan masyarakat menjadi kunci penting dalam upaya penurunan angka stunting. Melalui pendekatan partisipatif, warga desa didorong untuk lebih memahami pentingnya gizi seimbang, sanitasi yang baik serta peran mereka dalam menjaga kesehatan keluarga. Dengan kolaborasi antara pemerintah, tenaga kesehatan dan masyarakat, diharapkan angka stunting di Desa Bukit Tingki dapat ditekan dan anak-anak di desa ini bisa tumbuh lebih sehat. Berdasarkan permasalahan di atas maka Mahasiswa KKN Tematik di Desa Bukit Tingki mengadakan sosialisasi terkait pemberdayaan masyarakat Desa Bukit Tingki dalam mencegah stunting melalui edukasi gizi dan pelatihan praktis berupa PMT, kegiatan ini berkolaborasi dengan ibu-ibu PKK serta kader posyandu Desa Bukit Tingki.

2. Metode Pelaksanaan

Metode pendekatan utama yang digunakan untuk melaksanakan dan menyukseskan kegiatan ini adalah sosialisasi terkait pemberdayaan masyarakat Desa Bukit Tingki dalam pencegahan stunting melalui penyuluhan gizi dan pelatihan langsung berupa PMT. Layanan ini ditujukan bagi calon ibu hamil dan ibu hamil, serta orang tua balita stunting. Langkah awal dalam prosedur kerja untuk mendukung terlaksananya kegiatan ini adalah melakukan observasi dan analisis data mengenai jumlah ibu hamil dan anak stunting. Kemudian menunggu persetujuan kepala desa untuk melakukan sosialisasi mengenai stunting.

Persiapan kegiatan meliputi penyusunan jadwal kegiatan yang telah disepakati bersama, menyusun daftar kegiatan sosialisasi, dan menyiapkan perlengkapan untuk perencanaan kegiatan. Setelah itu, tim pengabdian berkumpul untuk meninjau materi dan menentukan kegiatan apa saja yang masih diperlukan. Kemudian sosialisasi dilaksanakan dengan pembukaan oleh Kepala Desa Bukit Tingki dan Dosen Pembimbing Lapangan, penyampaian materi oleh Kepala Puskesmas Popayato, sesi tanya jawab antara peserta dan narasumber, kegiatan pelaksanaan edukasi gizi berupa PMT (Pemberian Makanan Tambahan), foto bersama, dan kegiatan penutup.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan tentang upaya pencegahan stunting pada bayi dan balita, serta calon ibu hamil dan ibu hamil. Terlaksananya program pencegahan stunting ini berkat antusiasme yang luar biasa dari seluruh orang tua bayi dan balita. Kegiatan ini dilaksanakan selama dua hari di dua lokasi yang berbeda. Berikut ini adalah beberapa upaya yang telah dilaksanakan dalam rangka program pencegahan stunting:

a. Posyandu

Salah satu upaya program pencegahan stunting yakni Posyandu yang diselenggarakan untuk bayi dan balita, serta ibu hamil. Kegiatan ini dapat terselenggarakan dengan adanya kerja sama antara pihak Aparat Desa, bidan dari Pustu (Puskesmas Pembantu) Bukit Tingki, dan peserta KKN yang turut serta mensukseskan program tersebut. Kegiatan posyandu ini dilaksanakan pada hari Jumat, 6 September 2024, di depan PUSTU Bukit Tingki. Kegiatan yang dilakukan dalam posyandu tersebut antara lain pengukuran, penimbangan, pemberian vaksinasi, dan pemberian makanan bergizi seperti bubur kacang hijau kepada setiap balita yang datang.



Gambar 1. Pemberdayaan masyarakat melalui posyandu. Membantu kegiatan ibu-ibu PKK di posyandu dengan menimbang berat badan anak.

b. Sosialisasi tentang pencegahan stunting dan edukasi pemberian makanan tambahan (PMT)

Berdasarkan hasil survei lokasi yang dilakukan oleh mahasiswa KKN Universitas Negeri Gorontalo tahun 2024, Desa Bukit Tingki, Kec. Popayato, Kab. Pohuwato sudah mulai sadar akan stunting, terbukti dari data balita yang mengalami stunting di desa tersebut hanya 3 balita. Namun, edukasi mengenai pemberian makanan tambahan dan pola hidup sehat masih sangat kurang. Stunting juga dapat disebabkan oleh ketidaktahuan ibu tentang PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dan makanan padat gizi. Untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang makanan tambahan bergizi dan PHBS, dilaksanakan program sosialisasi pencegahan stunting yang difokuskan pada pemberian makanan tambahan bergizi (PMT) dan pola hidup sehat. Segala perilaku dan kegiatan yang berhubungan dengan kesehatan, baik yang dilakukan secara sadar maupun tidak sadar oleh seluruh anggota keluarga agar berperan aktif dalam upaya kesehatan masyarakat, secara kolektif disebut Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).



Gambar 2. Anak-anak penderita stunting di Desa Bukit Tingki

Salah satu upaya pencegahan stunting dapat dilakukan dengan melaksanakan kegiatan sosialisasi. Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada peserta tentang asal usul, dampak, dan ciri-ciri stunting serta cara penanganannya dengan pemberian makanan tambahan (PMT). Melalui kegiatan yang dilaksanakan pada Senin, 09 September 2024, sekitar tiga puluh peserta kegiatan ini adalah remaja, ibu hamil, dan ibu-ibu yang memiliki balita. Ada beberapa tahap yang dilakukan dalam kegiatan ini. Tahap pertama adalah sosialisasi berupa penyampaian materi oleh Kapus Popayato mengenai informasi tentang stunting, penyebab terjadinya stunting, cara mencegahnya, serta gaya hidup sehat. Tahap kedua yakni mengedukasi masyarakat tentang PMT, seperti sup jagung olahan atau sup lo binthe.



Gambar 3. Penyampaian Materi Oleh Kapus Popayato

Status gizi balita dipengaruhi oleh pola makan orang tua. Status gizi balita meningkat berbanding lurus dengan pola asuh yang digunakan oleh orang tua mereka, jika pola asuh buruk dalam hal penyediaan makanan, maka status gizi balita akan terpengaruh secara negatif. Keterlambatan pertumbuhan dan retradasi mental dapat dicegah dengan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) agar memenuhi kebutuhan gizi

balita. Sop Lo Binthe atau sup jagung merupakan salah satu taktik program yang digunakan oleh mahasiswa KKN di Desa Bukit Tingki dalam pemberian makanan tambahan. Makanan tersebut dapat membantu menurunkan angka stunting pada balita karena jagung memiliki banyak manfaat, salah satunya sumber karbohidrat dan vitamin yang baik untuk perkembangan anak, menambah berat badan anak, serta membantu pertumbuhan otak.

c. Alat dan bahan pembuatan sop lo binthe

Alat	Bahan
Kompor	Jagung
Wajan	Telur Puyuh
Mangkuk	Kaldu Ayam
Talenan	Bawang Merah Goreng
Panci	Bawang Putih
Spatula	Wortel
Piring	Minyak Kelapa
Centong Kuah	Daun Seledri
Pisau	Air
Ulekan	Lada Halus
Parutan	Pala Halus
Saringan	Garam

Sumber: Buku Panduan PMT Balita

Cara membuat:

- a) Parut jagung, rebus dengan air sebanyak 2 gelas. Setelah empuk saring sambil di tekan-tekan.
- b) Bawang putih ditumbuk kasar, ditumis dengan minyak sampai layu. Tambahkan air 10 gelas kemudian didihkan
- c) Masukkan jagung yang telah disaring, irisan wortel, kaldu, seledri dan bumbu lainnya, kemudian masukkan telur puyuh yang telah direbus.
- d) Setelah matang angkat dan taburi bawang goreng di atasnya
- e) Sop lo binthe siap disajikan



Gambar 4. Proses Pembuatan PMT Sop Lo Binthe (Sup Jagung) untuk makanan bergizi pada anak yang stunting.

4. Kesimpulan

Stunting adalah masalah kesehatan serius di Indonesia, terutama terkait gangguan pertumbuhan fisik dan otak pada anak-anak. Di Desa Bukit Tingki, Kabupaten Pohuwato, terdapat tiga balita yang mengalami stunting. Untuk mengatasi masalah ini, dilakukan pemberdayaan masyarakat melalui edukasi gizi, pelatihan PMT, dan kolaborasi dengan kader posyandu serta ibu-ibu PKK. Pemerintah desa juga berupaya meningkatkan kualitas gizi melalui program PMT dengan menu lokal, seperti Sop Lo Binthe (sup jagung), yang kaya nutrisi untuk membantu mengurangi angka stunting dan mendukung perkembangan anak-anak di desa tersebut.

Daftar Pustaka

- Febrianti, D., Pherdinand, A., Tasya, R. A., & Purwitasari, W. (2022). GO RANTING (Ayo Berantas Stunting). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(3), 90-95.
- Haryani, S., Astuti, A. P., & Sari, K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat Dengan Komunikasi Informasi Dan Edukasi di Wilayah Desa Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(1), 30-39.
- Krosby, S. S., Safitri, N., Khatimah, H., Satifa, A. A., Dirja, J. P., Hidayat, R., & Rahmi, S. A. (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting di Desa Teratak Lombok Tengah. *JILPI: Jurnal Ilmiah Pengabdian dan Inovasi*, 2(2), 525-532.
- Muchtar, F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian, H. (2023). Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2 (2), 138-144.
- Purnomo, E., Nasir, A., Pulungan, Z. S. A., & Nur, A. (2022). Pengaktifan Ems (Emergency Medical System) Sederhana Dengan Metode Act FAST Terhadap Penanganan Kegawat Daruratan Pasien Stroke di Kelurahan Mamunyu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(4), 411-419.
- Raesalat, R., Nurbudiwati, N., & Alawiyah, M. D. (2024). Strategi Pemerintah Desa Dalam Pencegahan Stunting Melalui Program Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Toss Di Desa Jangkurang Kecamatan Leles. *Jurnal Pembangunan dan Kebijakan Publik*, 15(1), 1- 13.
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan stunting dan pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225-229.
- Sarifudin, B. A., & Rame, M. M. T. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Melalui Sosialisasi Dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbasis Kelor. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 1(4), 235-241.
- Suranti, S., Suparman, D., Romlah, D., Yulianti, D., & Wandini, S. (2024). Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat dengan Komunikasi Informasi dan Edukasi Di Wilayah Desa Bojongsawah Kecamatan Kebonpedes Kabupaten Sukabumi. *JURNAL HASPI*, 3(1), 211-220.
- Syafaqoh, V. R., Sutejo, A., & Aji, R. I. (2023). Perancangan Buku Panduan Anti Stunting sebagai Media Informasi dan Edukasi. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(2), 5371-5377.