

Edukasi Gizi Seimbang Sebagai upaya Pencegahan Stunting oleh KKN Universitas Palangka Raya di Desa Batuah Kecamatan Basarang Kabupaten Kapuas

Dewi Rakhmawati¹, Ahmad Rizqullah², Muhammad Yasin³, Ananda Marpaung⁴,
Agustina Siagian⁵, Shintike Debora Br Bangun⁶, Nopa Lia Tiara⁷, Ririn Kabes⁸, Angel
Agustin Saragih⁹, Indra Setiawan¹⁰, Givan Asselt Hatagalung¹¹, Karmi Itasni¹², Sonia
Wulandari¹³, Wirna¹⁴, Johan Sriada Damanik¹⁵
¹⁻¹⁵ Universitas Palangka Raya, Indonesia

*E-mail : dewi.rakhmawati@fkip.upr.ac.id¹, arizq618@gmail.com², yasin123acin@gmail.com³,
anandamarpaung5@gmail.com⁴, siagianagustina155@gmail.com⁵, shintikebangun@gmail.com⁶,
tiaranopalina@gmail.com⁷, angelsaragih08@gmail.com⁹, pt.indrasetiawan2110@gmail.com¹⁰,
givan.asselt1222@gmail.com¹¹, evinitasni@gmail.com¹², soniawulandarisonia6@gmail.com¹³,
Wirna495@gmail.com¹⁴, damanikjohan127@gmail.com¹⁵

Article History:

Received: July 23, 2024;

Revised: August 06, 2024;

Accepted: August 20, 2024;

Published: August 24, 2024;

Keywords: Education on Balanced
Nutrition, Stunting Prevention,
Community Service, Palangka Raya
University, Batuah Village,
Basarang District, Kapuas Regency

Abstract: Stunting is a condition of impaired growth in children under five years of age due to chronic malnutrition, resulting in slower growth compared to their peers. Based on the Special Index Report on Stunting Management in Central Kalimantan Province for 2021-2022, it shows that almost every city and district has reached the index threshold but is indicated to be low or the index numbers are close to the lower limit. The IKPS (Special Stunting Management Index) for Kapuas Regency in 2021 reached 51.7 with a lower limit index of 47.0, categorized as poor, and in 2022 it only reached 49.2 with a lower limit index of 43.9, also categorized as poor. The KKN group designed several educational and nutritional intervention programs to increase community awareness and understanding of the importance of adequate and balanced nutritional intake. These programs include socialization about healthy eating patterns, counseling on the importance of nutrition for pregnant and breastfeeding mothers, and the provision of healthy corn pudding. The output of this activity is demonstrated by the increased knowledge of participants about the importance of adequate nutrition.

Abstrak. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak usia di bawah lima tahun akibat dari kekurangan gizi kronis, sehingga pertumbuhan anak menjadi lambat dibandingkan dengan anak seusianya. Berdasarkan Laporan Indeks Khusus Penanganan Stunting Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2021-2022 menunjukkan hampir setiap daerah Kota dan Kabupaten mencapai indeks capaian namun terindikasi rendah atau angka indeks nya mendekati batas bawah dan IKPS Kabupaten Kapuas pada tahun 2021 mencapai angka 51,7 dengan batas bawah indeks 47,0 terkategori buruk dan pada tahun 2022 hanya menyentuh angka 49,2 dengan batas bawah indeks 43,9 tergolong buruk. Kelompok KKN merancang beberapa program edukasi dan intervensi gizi untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya asupan gizi yang cukup dan seimbang. Program-program ini meliputi sosialisasi tentang pola makan sehat, penyuluhan tentang pentingnya gizi pada ibu hamil dan menyusui, serta pemberian puding jagung sehat. Output dari kegiatan ini ditunjukkan dengan peningkatan pengetahuan peserta tentang pentingnya pemenuhan gizi yang cukup.

Kata Kunci : Edukasi Gizi Seimbang , Pencegahan Stunting, KKN Universitas Palangka Raya , Desa Batuah , Kecamatan Basarang, Kabupaten Kapuas

1. PENDAHULUAN

Kejadian stunting di Indonesia diperkirakan 37% pada anak di bawah usia lima tahun. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013, prevalensi stunting di Indonesia mencapai

37,2 %. Berdasarkan Pemantauan Gizi Tahun 2016, mencapai 27,5% sedangkan WHO memberikan batasan untuk stunting adalah $< 20\%$. Hal ini menunjukkan bahwa pertumbuhan yang tidak maksimal dialami oleh sekitar 8,9 juta anak di Indonesia atau 1 dari 3 anak mengalami stunting. Selain itu lebih dari 1/3 anak berusia dibawah 5 tahun di Indonesia tinggai badannya di bawah rata - rata. (Kementrian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. 2017)

Stunting berdampak jangka pendek dan panjang pada status kesehatan anak (Hall et al., 2018). Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak usia di bawah lima tahun akibat dari kekurangan gizi kronis, sehingga anak terlalu pendek untuk usianya (Pem, 2016). Kekurangan gizi kronis tersebut terjadi terutama pada 1000 HPK dan terlihat setelah anak berusia 2 tahun. Stunting didefinisikan anak balita dengan nilai z-skor kurang dari -2 standar deviasi/SD (stunted) dan kurang dari -3 SD (severely stunted).

Data Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes RI, 2018) menunjukkan kasus stunting di Indonesia masih tergolong tinggi dengan menyentuh angka 30,8% yang terdiri dari 11,5% sangat pendek dan 19,3% pendek. Data lebih lanjut menunjukkan angka prevalensi stunting di Sulawesi Utara sebesar 25,5%, meskipun angka stunting Sulawesi Utara di bawah angka nasional (30,8%) namun angka ini masih belum aman karena masih belum mencapai angka stunting yang direkomendasikan oleh WHO sebesar 20%.

Berdasarkan Laporan Indeks Khusus Penanganan Stunting Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2021-2022 menunjukkan hampir setiap daerah Kota dan Kabupaten mencapai indeks capaian namun terindikasi rendah atau angka indeks nya mendekati batas bawah dan IKPS Kabupaten Kapuas pada tahun 2021 mencapai angka 51,7 dengan batas bawah indeks 47,0 terkategori buruk dan pada tahun 2022 hanya menyentuh angka 49,2 dengan batas bawah indeks 43,9 tergolong buruk.

Pemberdayaan masyarakat dan promosi kesehatan merupakan salah satu upaya penanganan generasi stunting dengan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat. Pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan akan menghasilkan kemandirian masyarakat dalam melakukan upaya pencegahan dan penanganan stunting pada anak (Brown & Brown, 2017). Teori HPM (Health Promotion Model) menjelaskan bahwa perilaku kesehatan merupakan hasil tindakan yang ditujukan untuk mendapatkan hasil kesehatan yang optimal.

Kecamatan Basarang memiliki isu Sanitasi Air yang kurang memadai dan minimnya pengetahuan masyarakat terutama ibu tentang kejadian stunting pada anak masih rendah dan informasi yang salah tentang penyebab stunting berhubungan dengan persepsi dan perilaku yang salah dalam pencegahan terjadinya stunting. Oleh karena itu, kegiatan pemberdayaan dan

sosialisasi untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang penanganan dan pencegahan stunting pada anak (Hall et al., 2018).

2. METODE

Kegiatan sosialisasi dan penyuluhan pencegahan stunting anak oleh 14 mahasiswa KKN di Desa Batuah Kecamatan Basarang, Kabupaten Kapuas yang didampingi oleh Bidan Desa dan Para Kader Posyandu. Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan selama KKN di Desa Batuah, Kecamatan Basarang adalah pemberian sosialisasi secara langsung dengan pembuatan forum diskusi tanya jawab serta pemberian pemahaman untuk memberikan perubahan agar masyarakat Desa Batuah dapat mencegah stunting, Kecamatan Basarang terbebas dari stunting seperti mempraktikkan cara yang benar dalam mencuci tangan atau biasa disebut Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), pemberian makanan bergizi kepada anak-anak.

Sosialisasi mengenai pencegahan stunting terhadap anak di laksanakan pada hari sabtu 10 agustus 2024 di balai Desa Batuah. Para ibu yang hadir sangat antusias mengikuti setiap sesi yang diberikan. Mahasiswa memberikan materi tentang pentingnya makanan pendamping ASI (MPASI), pemberian makanan tambahan yang sehat, serta cara mengenali tanda-tanda stunting pada anak. Berikut tahapan yang di lakukan:

1. Tahap pertama, yaitu berkoordinasi kepada pemerintah Desa Batuah, pihak Posyandu dan pihak puskesmas untuk melaksanakan sosialisasi terkait stunting di balai Desa Batuah.
2. Tahap kedua, yaitu mengobservasi target pelaksanaan sosialisasi bebas stunting Desa Batuah
3. Tahap ketiga, yaitu persiapan sosialisasi seperti pembuatan materi yang akan di sampaikan, pembuatan puding jagung sehat, pembelian makanan tambahan.
4. Tahap keempat, yaitu pelaksanaan kegiatan sosialisasi bebas stunting di balai Desa Batuah oleh mahasiswa KKN.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai. Anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan lebih rendah dari standar usianya dan memiliki risiko lebih tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan jangka panjang seperti perkembangan kognitif yang terganggu, produktivitas rendah, serta penyakit tidak menular di masa dewasa (Endy, 2021). Stunting adalah gangguan pertumbuhan yang menggambarkan tidak tercapainya potensi

pertumbuhan dikarenakan gizi atau nutrisi yang tidak optimal (WHO, 2019). Sementara itu, menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), upaya kolaboratif antara pemerintah, sektor swasta, dan masyarakat sangat penting dalam mengatasi masalah stunting di Indonesia.

KKN Universitas Palangka Raya Kelompok 81 mendapatkan informasi penyebab tingginya angka stunting di Desa Batuah ini dari pihak Puskesmas dan Kader Posyandu. Pihak Puskesmas dan Kader Posyandu menyampaikan masih banyak masyarakat yang belum memahami betapa pentingnya gizi seimbang bagi pertumbuhan anak. Selain itu, faktor ekonomi juga berperan dalam keterbatasan akses masyarakat terhadap makanan bergizi dikarenakan kurangnya edukasi pentingnya mengonsumsi makanan bergizi. Dalam upaya mengatasi permasalahan ini, Kelompok KKN merancang beberapa program edukasi dan intervensi gizi untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya asupan gizi yang cukup dan seimbang. Program-program ini meliputi sosialisasi tentang pola makan sehat, penyuluhan tentang pentingnya gizi pada ibu hamil dan menyusui, serta pemberian puding jagung sehat. Diharapkan, dengan adanya intervensi ini, masyarakat Desa Batuah dapat lebih memahami dan menerapkan pola makan sehat sehingga dapat menurunkan angka stunting di desa tersebut.

Pada hari Sabtu, 10 Agustus 2024 pukul 08.30-11.00 WIB di Balai Desa Batuah KKN Universitas Palangka Raya bersama Bidan Desa, acara sosialisasi stunting dihadiri oleh Ibu hamil, balita dan Ibu menyusui.



Gambar 1. Pembukaan acara bebas stunting
(sumber : dokumen pribadi)

Acara sosialisasi dilakukan secara langsung di Balai Desa Batuah dengan mengundang Ibu-ibu dan balita, serta dinarasumberi oleh Ananda Marpaung bersama Shintike Br Bangun. Sosialisasi ini bertujuan untuk mencegah terjadinya stunting di Desa Batuah dengan memberikan edukasi mengenai pentingnya asupan gizi seimbang bagi pertumbuhan anak. Puding jagung dipilih sebagai contoh karena bahan-bahannya mudah didapat, terjangkau, dan

kaya akan nutrisi penting seperti serat, vitamin, dan mineral yang sangat baik untuk pertumbuhan anak.



Gambar 2. Penyampaian materi oleh narasumber
(Sumber : dokumen pribadi)

Penyampaian materi dalam sosialisasi sangat menarik, disertai dengan pemaparan yang jelas dan penayangan video animasi mengenai masalah stunting. Antusiasme peserta terlihat dari respon yang sangat baik serta adanya beberapa pertanyaan dan pendapat yang diungkapkan oleh peserta.



Gambar 3. Dokumentasi penutupan acara bebas stunting
(Sumber : dokumen pribadi)

Hasil dari pendidikan kesehatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang pentingnya pemenuhan gizi dan pencegahan stunting. Salah satu poin penting yang dibahas adalah pembuatan puding jagung sehat, yang dijelaskan sebagai contoh makanan bergizi dan mudah dibuat. Melalui kegiatan ini, peserta diharapkan memahami pentingnya makanan bergizi seperti puding jagung dalam mendukung pertumbuhan anak-anak mereka. Output dari kegiatan ini ditunjukkan dengan peningkatan pengetahuan peserta tentang pentingnya pemenuhan gizi yang cukup.

4. SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi dan penyuluhan pencegahan stunting oleh 14 mahasiswa KKN Universitas Palangka Raya di Desa Batuah, Kecamatan Basarang, Kabupaten Kapuas, berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang untuk mencegah stunting. Didampingi oleh Bidan Desa dan Kader Posyandu, kegiatan ini mencakup koordinasi dengan pemerintah Desa, observasi target, persiapan materi, serta pelaksanaan sosialisasi dengan metode diskusi interaktif. Melalui penyampaian materi yang menarik dan video animasi, peserta menunjukkan antusiasme tinggi, terlihat dari banyaknya pertanyaan dan pendapat yang disampaikan. Diharapkan, dengan pengetahuan yang diperoleh, masyarakat Desa Batuah dapat menerapkan pola makan sehat, khususnya dalam memberikan makanan bergizi kepada anak-anak, sehingga angka stunting di desa tersebut dapat menurun. Output kegiatan ini adalah peningkatan pemahaman peserta tentang pentingnya pemenuhan gizi yang cukup dan seimbang.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Alligood, M. R. (2013). Nursing theory: Utilization & application (2nd edition). In Accident and Emergency Nursing (Vol. 10).
- Astuti, D. D., Adriani, R. B., & Handayani, T. W. (2020). Pemberdayaan masyarakat dalam rangka stop generasi stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(2), 156-162.
- Brown, J., & Brown, B. J. (2017). Impacts of prenatal and first-year brain development. *The Compass*, 1(4).
- De Onis, M., Borghi, E., Arimond, M., Webb, P., Croft, T., Saha, K., ... Flores-Ayala, R. (2019). Prevalence thresholds for wasting, overweight and stunting in children under 5 years. *Public Health Nutrition*, 22(1), 175–179.
- Dewi, R. F., Ningtyas, V. K., Zulfa, A. N., Farandina, F., & Nuraini, V. (2021). Sosialisasi pencegahan stunting melalui penyuluhan dan pemberian makanan tambahan kepada ibu hamil. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 504-509
- Dinkes Sulut. (2019). Profil Kesehatan Sulawesi Utara. Dinas Kesehatan Sulut
- Haines, A. C., Jones, A. C., Kriser, H., Dunn, E. L., Graff, T., Bennett, C., ... West, J. H. (2018). Analysis of rural Indonesian mothers knowledge, attitudes, and beliefs regarding stunting. *Medical Research Archives*, 6(11), 1–13.
- Hall, C., Bennett, C., Crookston, B., Dearden, K., Hasan, M., Linehan, M., ... West, J. (2018). Maternal knowledge of stunting in rural Indonesia. *International Journal of Child Health and Nutrition*, 7(4).

- Kementrian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. 2017. Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting. Jakarta : Kementrian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). "Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Stunting."
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8-12.
- Nauval, I. A., Ramadhani, V. M., & Zaelani, M. A. (2022). Sosialisasi Program Pencegahan Stunting Dan Gizi Buruk Oleh Kkn Universitas Islam Batik Surakarta Di Desa Cetan Kecamatan Ceper Kabupaten Klaten. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat" SIDOLUHUR"*, 2(02), 168-176.
- Panulat, P. D., Wati, R. L., & Prabaningtyas, A. R. (2024). ANALISIS KEBIJAKAN TENTANG DETEKSI DINI PENANGGULANGAN STUNTING DI KALIMANTAN TENGAH. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 1887-1894.
- Prawirohartono P, Endy. (2021). "STUNTING: Dari Teori dan Bukti ke Implementasi di Lapangan". Gajah Mada University Press Anggota IKAPI dan APPTI.