

Stunting merusak masa depan anak: Ibu di Desa Pinang, lindungi mereka

Romi Anugrah, Agussalim, Erika Fitrayani*

Universitas Muhammadiyah Parepare

*e-mail korespondensi: erikafitrayani@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis pada anak balita yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pencegahan stunting melalui kegiatan penyuluhan dan demonstrasi di Desa Pinang. Kegiatan ini melibatkan ibu hamil dan menyusui sebagai peserta utama. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan demonstrasi memasak makanan bergizi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai gizi seimbang dan faktor-faktor yang menyebabkan stunting. Selain itu, peserta antusias dalam mengikuti kegiatan dan menunjukkan komitmen untuk menerapkan ilmu yang diperoleh. Namun, masih diperlukan upaya lebih lanjut untuk mengubah perilaku dan memastikan perubahan jangka panjang. Potensi pangan lokal seperti dangke dan daun kelor dapat menjadi solusi untuk mengatasi masalah gizi di desa. Tantangan yang dihadapi adalah harga dangke yang relatif mahal dan kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan daun kelor. Oleh karena itu, perlu adanya kerjasama antara berbagai pihak untuk meningkatkan produksi dan diversifikasi produk olahan pangan lokal, serta memberikan penyuluhan yang intensif kepada masyarakat.

Kata kunci: stunting; gizi; pangan lokal; dangke; daun kelor.

ABSTRACT

Stunting is a chronic malnutrition problem in young children that impacts physical growth and cognitive development. This community service activity aims to improve mothers' knowledge about stunting prevention through education and demonstration activities in Pinang Village. Pregnant and lactating mothers are the primary participants in this activity. The methods used include education and demonstrations of cooking nutritious food. The results of the activity showed an increase in participants' knowledge of balanced nutrition and the factors that cause stunting. In addition, participants are enthusiastic about participating in the activities and show a commitment to applying the knowledge they have gained. However, further efforts are needed to change behavior and ensure long-term change. The potential of local foods such as dangke and moringa leaves can be a solution to address nutritional problems in the village. The challenges faced are the relatively high price of dangke and the lack of public knowledge about the utilization of moringa leaves. Therefore, there needs to be cooperation between various parties to increase production and diversify local food products, as well as provide intensive education to the community.

Keywords: stunting; nutrition; local food; dangke; moringa leaves.

PENDAHULUAN

Stunting, atau pendek karena kurang gizi, merupakan masalah serius yang masih menghantui Indonesia, termasuk Desa Pinang. Kondisi ini ditandai dengan pertumbuhan anak yang terhambat akibat kekurangan gizi kronis sejak dalam kandungan hingga usia dua tahun. Akibatnya, anak-anak stunting cenderung memiliki kemampuan belajar yang lebih rendah, daya tahan tubuh yang lemah, dan risiko penyakit kronis yang lebih tinggi di masa depan.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Enrekang, sebanyak 3.771 balita di Kabupaten Enrekang atau sekitar 24,5% dari total balita mengalami stunting (Albar, 2019). Angka ini mengindikasikan bahwa di Desa Pinang sendiri, kemungkinan besar terdapat sejumlah anak yang mengalami masalah pertumbuhan yang sama. Stunting tidak hanya merusak masa depan anak-anak di Desa Pinang, tetapi juga berdampak pada kualitas sumber daya manusia

dan pembangunan daerah. Anak-anak yang tumbuh sehat dan cerdas adalah aset berharga bagi suatu negara (Muazimah & Wahyuni, 2020). Sayangnya, di Desa Pinang, kasus stunting masih cukup tinggi. Hal ini mengindikasikan adanya kekurangan dalam pemenuhan gizi anak sejak dini.

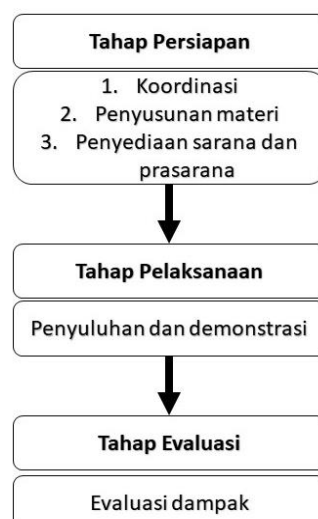
Pentingnya peran ibu dalam mencegah stunting tidak dapat dipungkiri. Ibu adalah orang pertama dan utama yang berinteraksi dengan anak (Hati & Pratiwi, 2019; Diana dkk, 2020), terutama pada 1000 hari pertama kehidupan yang merupakan periode kritis bagi pertumbuhan otak dan tubuh anak (Nurlaela dkk, 2018; Astuti dkk, 2020). Melalui pemberian ASI eksklusif (Asrianti dkk, 2019), makanan pendamping ASI yang bergizi (Sari & Kumorojati, 2019; Budiani dkk, 2020), serta perawatan yang baik (Julian, 2018; Salamung dkk, 2019), ibu dapat memberikan fondasi yang kuat bagi tumbuh kembang anak (Aziza & Hantono, 2020).

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada ibu-ibu di Desa Pinang mengenai pentingnya gizi seimbang untuk mencegah stunting. Dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai stunting dan cara pencegahannya, diharapkan dapat menurunkan angka stunting di Desa Pinang dan memberikan masa depan yang lebih cerah bagi anak-anak kita.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam beberapa tahap dengan melibatkan partisipasi aktif dari ibu-ibu di Desa Pinang. Kegiatan yang dilakukan meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan (Gambar 1). Koordinasi dilakukan dengan pihak desa, puskesmas, dan kader posyandu untuk mendapatkan izin dan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan.

Sosialisasi dilakukan dengan metode penyuluhan dan demonstrasi memasak makanan bergizi yang mudah dibuat dan terjangkau, dengan menggunakan bahan-bahan yang mudah didapatkan di sekitar. Peserta utama dalam kegiatan ini adalah ibu hamil dan ibu menyusui di Desa Pinang. Selain itu, kegiatan ini juga dapat melibatkan kader posyandu, tokoh masyarakat, dan petugas kesehatan sebagai pendukung. Untuk tahap akhir adalah melakukan evaluasi terhadap dampak kegiatan, misalnya melalui pengukuran perubahan pengetahuan dan sikap peserta mengenai gizi dan stunting. Evaluasi dilakukan secara berkala untuk mengukur keberhasilan kegiatan.



Gambar 1. Tahapan pelaksanaan edukasi stunting di Desa Pinang, Kabupaten Enrekang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan demonstrasi tentang pencegahan stunting, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini telah berhasil meningkatkan kesadaran peserta akan pentingnya gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak. Antusiasme peserta yang tinggi menunjukkan adanya keinginan yang kuat untuk menerapkan ilmu yang telah diperoleh.

Kegiatan penyuluhan ini telah menjadi langkah awal yang baik dalam upaya pencegahan stunting di Desa Pinang. Namun, untuk mencapai hasil yang lebih optimal, diperlukan upaya berkelanjutan dan melibatkan berbagai pihak. Tantangan seperti keterbatasan akses terhadap makanan bergizi dan kurangnya dukungan sosial perlu menjadi perhatian dalam perencanaan program selanjutnya.

Perubahan Perilaku

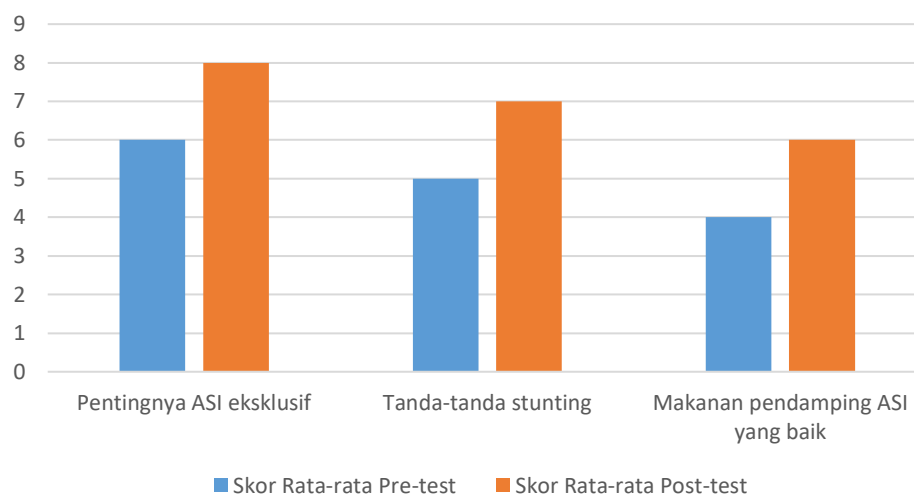
Dari pelaksanaan program kerja ini, terlihat peningkatan kesadaran peserta akan pentingnya gizi seimbang dalam mencegah stunting. Hal ini dibuktikan dengan antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan, partisipasi aktif dalam tanya jawab, serta komitmen yang ditunjukkan untuk menerapkan ilmu yang diperoleh. Meskipun demikian, untuk melihat perubahan perilaku secara signifikan, diperlukan upaya lanjutan dan monitoring yang lebih intensif.

Umumnya peserta lebih banyak mempertanyakan tentang ciri-ciri stunting dan cara pencegahannya. Selain itu juga, sebagian menjelaskan karakter anak dan langsung berkonsultasi (Gambar 2), apakah anak mereka masuk sebagai kategori stunting atau tidak. Namun kendala yang dialami adalah anak dari ibu-ibu yang ikut tidak dapat dipantau langsung karena tidak disertakan saat kegiatan penyuluhan dilaksanakan.

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test (Gambar 3), terdapat peningkatan yang signifikan pada skor pengetahuan peserta mengenai gizi dan stunting. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan telah efektif terserap oleh peserta. Selain itu, hasil observasi selama kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu menyebutkan contoh makanan yang bergizi untuk anak. Meskipun demikian, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengukur dampak jangka panjang dari kegiatan ini terhadap status gizi anak di desa.



Gambar 2. Pelaksanaan penyuluhan stunting dan demonstrasi pembuatan makanan bergizi.



Gambar 3. Hasil Pre-test dan Post-test pengetahuan stunting bagi orang tua di Desa Pinang.

Potensi Pangan Lokal bergizi dan Tantangannya

Salah satu tantangan utama dalam upaya pencegahan stunting di Desa Pinang adalah keterbatasan akses terhadap makanan bergizi, terutama sumber protein hewani. Kendati demikian, Desa Pinang memiliki potensi besar untuk mengatasi masalah ini melalui pemanfaatan pangan lokal yang kaya nutrisi.

Dangke, sebagai produk olahan susu khas Enrekang, merupakan salah satu contoh pangan lokal yang menjanjikan. Kandungan proteinnya yang tinggi membuatnya sangat potensial untuk memenuhi kebutuhan gizi anak-anak. Dangke umumnya terbuat dari susu sapi yang dipanaskan (Hatta dkk, 2014; Nurhaedah dkk, 2020). Dangke mengandung kadar protein, kadar lemak dan kadar laktosa yang tinggi (Hatta dkk, 2014).

Namun, harga dangke yang relatif mahal menjadi kendala utama dalam meningkatkan konsumsinya. Selain itu, keterbatasan akses terhadap sumber protein hewani lainnya seperti ikan segar dan daging ayam akibat kondisi geografis yang merupakan daerah pertanian tadah hujan juga memperparah situasi.

Desa Pinang, dengan kondisi geografis yang mendukung pertumbuhan tanaman, memiliki potensi besar dalam pemanfaatan daun kelor. Tanaman yang satu ini dikenal memiliki kandungan nutrisi yang sangat tinggi, termasuk zat besi (Fauziandari, 2019), protein (Hetikisworotringtyas & Runik, 2019), kalsium (Diantoro dkk, 2015), vitamin A, C, dan E (Salim & Eliyarti, 2019; Azizah skk, 2020; Fitriyaa & Wijayanti, 2020). Zat besi, khususnya, sangat penting untuk pembentukan sel darah merah dan pertumbuhan sel tubuh (Firani, 2018; Nurbaya dkk, 2019), sehingga sangat dibutuhkan untuk mengatasi masalah stunting pada anak-anak (Ghazian & Kusumastuti, 2016; Hendrayati & Asbar, 2018; Ridua & Djurubassa, 2020). Dengan memanfaatkan sumber daya lokal yang melimpah ini, diharapkan dapat meningkatkan status gizi anak-anak dan mewujudkan generasi muda yang sehat dan cerdas. Namun, perlu adanya upaya bersama dari berbagai pihak untuk mengatasi tantangan yang ada dan memastikan keberhasilan program ini.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan ini telah memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang untuk mencegah stunting. Pemanfaatan pangan lokal seperti dangke dan upaya diversifikasi sumber protein

merupakan langkah strategis untuk mengatasi masalah gizi di Desa Pinang. Daun kelor merupakan sumber nutrisi yang sangat potensial untuk mengatasi masalah stunting di Desa Pinang. Namun, perlu adanya dukungan berkelanjutan dari berbagai pihak untuk memastikan keberhasilan program ini dalam jangka panjang.

REFERENSI

- Albar, Muh. Asiz. (2019). Penyebab Besarnya Stunting di Enrekang. Artikel ini telah tayang <https://makassar.tribunnews.com/2019/01/14/ini-penyebab-besarnya-stunting-di-enrekang>. Diakses pada tgl 1 November 2020.
- Asrianti, T., Afiah, N., & Mulyana, D. (2019). Pengaruh Pemberian Asi Terhadap Kejadian Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Juanda Samarinda. *Jurnal Kesehatan Ibnu Sina (J-KIS)*, 1(01), 29-34.
- 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.
- Aziza, N., & Hantono, D. (2020). Kesiapan Ibu Dalam Perannya Sebagai Pendidik Anak Untuk Mempersiapkan Masa Depan Bangsa. *Martabat: Jurnal Perempuan dan Anak*, 4(2), 251-266.
- Azizah, R., Rahayu, T., Hayati, A., & Jayanti, G. E. (2020). Scavenging activity nano complex compounds of kelor (*Moringa oleifera* Lamk.) leaves and seeds. *Berkala Penelitian Hayati*, 26(1), 26-31.
- Budiani, D. R., Muthmainah, M., Subandono, J., Sarsono, S., & Martini, M. (2020). Pemanfaatan tepung daun kelor (*Moringa Oleifera*, Lam) sebagai komponen Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) padat gizi. *Jurnal Abdidas*, 1(6), 789-796.
- Diana, S., Ayati, N., Adiesti, F., Wari, F. E., & Mafticha, E. (2020). Upaya Preventif Stunting Dengan Pemantauan Tumbuh Kembang Dan Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Balita di Desa Mojaranu Sooko Kabupaten Mojokerto. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 184-188.
- Diantoro, A., Rohman, M., Budiarti, R., & Palupi, H. T. (2015). Pengaruh penambahan ekstrak daun kelor (*Moringa Oleifera* L.) terhadap kualitas yoghurt. *Teknologi Pangan: Media Informasi dan Komunikasi Ilmiah Teknologi Pertanian*, 6(2).
- Fauziandari, E. N. (2019). Efektifitas ekstrak daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 7(2), 185-190.
- Firani, N. K. (2018). *Mengenali Sel-Sel Darah dan Kelainan Darah*. Universitas Brawijaya Press.
- Fitriyaa, M., & Wijayanti, W. (2020, May). Upaya Peningkatan Kadar Hemoglobin Melalui Suplemen Tepung Daun Kelor Pada Remaja Putri. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 86-94).
- Ghazian, M. I., & Kusumastuti, A. C. (2016). *Pengaruh Suplementasi Seng Dan Zat Besi Terhadap Tinggi Badan Balita Usia 3-5 Tahun Di Kota Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Diponegoro).
- Hati, F. S., & Pratiwi, A. M. (2019). The Effect of Education Giving on The Parent's Behavior About Growth Stimulation in Children with Stunting. *NurseLine journal*, 4(1), 12-20.
- Hatta, W., Sudarwanto, M. B., Sudirman, I., & Malaka, R. (2014). Survei karakteristik pengolahan dan kualitas produk dangke susu sapi di Kabupaten Enrekang, Sulawesi Selatan. *JITP*, 3(3).
- Hatta, W., Sudarwanto, M. B., Sudirman, I., & Malaka, R. (2014). Survey on characteristics of processing and quality of dangke milk cows in Enrekang district, South Sulawesi. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Peternakan*, 3(3), 154-161.
- Hendrayati, H., & Asbar, R. (2018). Analisis faktor determinan kejadian stunting pada balita usia 12 sampai 60 bulan. *Media Gizi Pangan*, 25(1), 69-76.
- Hetikisworotringtyas, M., & Runik, A. (2019). Nugget ikan daun kelor sebagai jajanan anak sekolah kaya protein. *Edugy: Jurnal Pendidikan IGI DIY*, 3(1), 16-20.
- Julian, D. N. A. (2018). Usia Ibu Saat Hamil dan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian

- Stunting Balita. *Jurnal Riset Pangan dan Gizi*, 1(1).
- Muazimah, A., & Wahyuni, I. W. (2020). Pendidikan karakter berbasis kearifan lokal melalui permainan tradisional tarik upih dalam meningkatkan motorik kasar anak. *Generasi Emas*, 3(1), 70-76.
- Nurbaya, S., Yusra, S., & Handayani, S. I. (2019). *Cerita Anemia*. Universitas Indonesia Publishing.
- Nurhaedah, N., Arman, A., & Irmayani, I. (2020). Diverifikasi Produk Dangke Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Peternak Sapi Di Kabupaten Enrekang. *Societa: Jurnal Ilmu-Ilmu Agribisnis*, 8(1), 58-64.
- Nurlaela, D., Sari, P., Martini, N., Wijaya, M., & Judistiani, R. T. D. (2018). Efektivitas pendidikan kesehatan melalui media kartu cinta anak tentang 1000 hari pertama kehidupan dalam meningkatkan pengetahuan pasangan calon pengantin di KUA Kecamatan Jatinangor. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 3(2), 62-68.
- Ridua, I. R., & Djurubassa, G. M. (2020). Kebijakan Pemerintah Kabupaten Halmahera Timur Dalam Menanggulangi Masalah Stunting. *Journal of Social Politics and Governance (JSPG)*, 2(2), 135-151.
- Salamung, N., Haryanto, J., & Sustini, F. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan stunting pada saat ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice")*, 10(4), 264-269.
- Salim, R., & Eliyarti, E. (2019). Aktivitas antioksidan infusa daun Kelor (*Moringa Oleifera* Lam.) terhadap warna daun. *Jurnal Katalisator*, 4(2), 91-102.
- Sari, A. A., & Kumorojati, R. (2019). Hubungan Pemberian Asupan Makanan Pendamping Asi (MPASI) Dengan Pertumbuhan Bayi Atau Anak Usia 6-24 Bulan. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 4(2), 93-98.