

COMMUNITY EMPOWERMENT THROUGH TRAINING IN MAKING NUTRITION-RICH FOOD MENU FOR STUNTING TODDLERS IN SUKORENO VILLAGE, KALISAT DISTRICT

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PELATIHAN PEMBUATAN MENU MAKANAN KAYA GIZI UNTUK BALITA STUNTING DI DESA SUKORENO KECAMATAN KALISAT

Scope:
Health

Lantin Sulistyorini¹, Nuning Dwi Merina^{1*}, Peni Perdani Juliningrum¹, Ira Rahmawati¹

¹Department of Nursing Sciences, Faculty of Nursing, University of Jember, Jember-Indonesia

ABSTRACT

Stunting is still a problem that cannot be solved. The increase in stunting cases is the focus of problems in the indicators of the Sustainable Development Goals (SDGs). The problem of stunting can be suppressed with a good understanding of the community, especially parents, regarding the nutritional needs of children. The incidence of stunting due to malnutrition, recurrent infections, and lack of care through stimuli given to children in the golden period or the first 1000 days from conception to the age of two is something every parent needs to understand. The purpose of this community service is to be able to increase the community's knowledge and skills about the importance of nutrition in children through training in making nutrient-rich menus for toddlers. The training for making a menu rich in nutrition will be carried out in Kalisat District. The success of the dedication was obtained by an increase in partner knowledge as much as 90% of partners who actively asked questions during the discussion process and increased partners' skills in processing nutrient-rich dishes for toddlers.

ABSTRAK

Stunting masih menjadi permasalahan yang belum dapat terselesaikan. Peningkatan kasus stunting menjadi fokus permasalahan dalam indikator Sustainable Development Goals (SDGs). Masalah stunting dapat ditekan dengan pemahaman yang baik dari masyarakat terutama orang tua mengenai kebutuhan nutrisi pada anak. Kejadian stunting akibat malnutrisi, infeksi berulang, hingga kurangnya perawatan melalui stimulus yang diberikan kepada anak di golden periode atau 1000 hari pertama sejak pembuahan hingga anak berusia dua tahun menjadi hal yang perlu dipahami oleh setiap orang tua. Tujuan pengabdian masyarakat ini yaitu untuk dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai pentingnya nutrisi pada anak melalui pelatihan pembuatan menu makan yang kaya gizi untuk balita. Pelatihan pembuatan menu makan kaya gizi ini akan dilakukan di Kecamatan Kalisat. Keberhasilan pengabdian didapatkan adanya peningkatan pengetahuan mitra sebanyak 90% mitra yang aktif bertanya saat proses diskusi dan peningkatan keterampilan mitra dalam mengolah masakan kaya akan gizi untuk balita.

ARTICLE INFO

Received
Accepted
Online

*Correspondence (Korespondensi):

E-mail: lantin_s.psik@unej.ac.id

Keywords: Nutrition, Stunting, Meal Menu

Kata kunci: Gizi, Stunting, dan Menu Makan

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi permasalahan gizi yang sering terjadi pada balita (Vaivada *et al.*, 2020). Hal ini dapat disebut juga sebagai permasalahan malnutrisi yang terjadi pada bayi dan anak di bawah lima tahun (Titaley *et al.*, 2013). WHO menyebutkan bahwasanya stunting merupakan permasalahan gizi kronik. Stunting juga diartikan sebagai kondisi tinggi badan seorang anak yang lebih pendek jika dibandingkan dengan tinggi badan anak seusianya (Soliman *et al.*, 2021). Kurangnya gizi atau malnutrisi kronik yang terjadi pada anak dapat dialami sejak dalam kandungan dan masa awal anak lahir, tetapi stunting baru dapat diketahui setelah anak berusia 2 tahun (Kemenkes RI, 2022).

Stunting masih menjadi permasalahan yang belum dapat terselesaikan. Menurut WHO pada tahun 2020 menyebutkan bahwasanya di dunia terdapat sekitar 6,7% balita mengalami gizi kurang dan gizi buruk serta 22,2% atau sekitar 149,2 juta mengalami stunting. Stunting banyak terjadi pada negara dengan perekonomian rendah, Data *Global Hunger Index* (GHI) tahun 2021 menyebutkan bahwasanya Indonesia menduduki peringkat ke-73 dari total 116 negara dengan prevalensi stunting tertinggi pada anak usia di bawah lima tahun. Tahun 2021, angka stunting di Indonesia yaitu 24,4%. Angka ini mengalami penurunan dari tahun 2018 yang menyentuh angka 29,9%. Walaupun demikian, kondisi stunting di Indonesia masih tinggi, mengingat WHO menetapkan kriteria tinggi stunting yaitu > 20% (Kemenkes RI, 2022).

Peningkatan kasus stunting menjadi fokus permasalahan dalam indikator *Sustainable Development Goals* (SDGs). Kejadian stunting tidak lepas dari faktor ibu seperti kondisi nutrisi ibu saat kehamilan yang buruk, pola asuh yang tidak sesuai, dan perilaku dalam memberikan makan yang tidak baik. Kondisi inilah yang akan mendorong anak terlahir dengan BBLR (Komalasari *et al.*, 2020). Hal lain yang menjadi predisposisi dari kejadian stunting yaitu pemberian ASI eksklusif yang tidak optimal sehingga mempengaruhi kondisi tumbuh kembang anak (Hidayah, 2022). Faktor lain yang menyebabkan stunting yaitu kondisi infeksi pada anak seperti kejadian diare yang berkaitan dengan kondisi lingkungan sekitar anak atau sanitasi yang buruk. Kondisi ekonomi keluarga dan pekerjaan keluarga juga berperan menjadi pencetus terjadinya stunting pada anak (Sari and Harianis, 2022).

Masalah stunting dapat ditekan dengan pemahaman yang baik dari masyarakat terutama orang tua mengenai kebutuhan nutrisi pada anak (Budge *et al.*, 2019). Kejadian stunting akibat malnutrisi, infeksi berulang, hingga kurangnya perawatan melalui stimulus yang diberikan kepada anak di *golden periode* atau 1000 hari pertama sejak pembuahan hingga anak berusia dua tahun menjadi hal yang perlu dipahami oleh setiap orang tua (Rahmadhita, 2020). Hal ini bertujuan untuk dapat mencegah dampak buruk terhadap anak seperti penurunan sistem kekebalan tubuhnya yang dapat berakibat gagal tumbuh dan adanya penurunan fungsi otak ataupun perkembangan organ tubuhnya (Soliman *et al.*, 2021). Pemahaman pada masyarakat dan orang tua mengenai pentingnya waspada stunting dapat dilakukan melalui pemberdayaan. Hal ini didasarkan karena pemberdayaan dapat menjadi upaya dalam mengatasi masalah-masalah kesehatan terutama masalah gizi pada anak (Mustafa *et al.*, 2023),

Berdasarkan permasalahan di atas, tujuan pengabdian masyarakat ini yaitu untuk dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai pentingnya nutrisi pada anak melalui pelatihan pembuatan menu makan yang kaya gizi untuk balita. Pelatihan pembuatan menu makan kaya gizi ini akan dilakukan di Kecamatan Kalisat. Hal ini didasarkan karena Kecamatan Kalisat merupakan salah satu wilayah kota dengan angka stunting tertinggi di Kabupaten Jember (Lestari and Kristiana, 2018). Dinas Kesehatan Kabupaten Jember menunjukkan bahwasanya angka stunting pada balita di Kecamatan Kalisat pada tahun 2019 menyentuh angka 31,81% (Ningtyias, Faradila and S., 2022).

Dengan tingginya prevalensi stunting di Kecamatan Kalisat ini menjadi pengantar dalam pelaksanaan pelatihan pembuatan menu makan kaya gizi untuk balita. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan manfaat pada masyarakat mengenai pentingnya asupan nutrisi pada balita.

METODE

Tempat dan Waktu. Kegiatan pelatihan pembuatan menu makan kaya gizi dilaksanakan di Desa Sukoreno, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur. Kegiatan pelatihan akan dilaksanakan selama 1 hari yaitu pada tanggal 16 Oktober 2022.

Khalayak Sasaran. Sasaran kegiatan pelatihan pembuatan menu makan kaya gizi ini yaitu kader dan ibu-ibu posyandu di Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur dengan rincian 27 ibu balita dan 3 kader.

Metode Pengabdian. Proses pengabdian akan dilaknakan menjadi tiga tahapan yaitu penyuluhan mengenai stunting dan menu masakan sehat untuk anak stunting, pelatihan pembuatan menu makan kaya gizi, dan praktik memasak. Tahapan penyuluhan akan dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab bersama dengan peserta penyuluhan. Selanjutnya, dilaksanakan dengan proses pelatihan membuat menu makan kaya gizi dengan metode demonstrasi. Setelah proses pelatihan selesai, produk hasil pelatihan akan menjadi gambaran untuk peserta penyuluhan untuk melaksanakan praktik memasak mandiri di rumah masing-masing. Proses persiapan kegiatan pengabdian dilakukan dengan mengurus surat pelaksanaan pelatihan di Desa Sukoreno, kelengkapan adminitrasi kegiatan, serta menyiapkan proposal kegiatan yang berisikan *preplanning*, SAP, SOP, materi penyuluhan, dan media kegiatan. Selanjutnya, melakukan kontrak dengan Desa Sukoreno dan menyiapkan peralatan yang dibutuhkan untuk pelatihan memasak.

Indikator Keberhasilan. Kegiatan pelatihan memasak menu kaya gizi untuk balita dinyatakan berhasil dengan indikator keaktifan peserta penyuluhan 90% turut berpartisipasi dalam pelaksanaan penyuluhan materi, sesi diskusi, pelatihan memasak. Selain itu, adanya tindak lanjut hasil pangan yang dibuat oleh peserta penyuluhan saat pelaksanaan kegiatan posyandu selanjutnya.

Metode Evaluasi. Evaluasi dilakukan sesuai dengan keberhasilan kegiatan pelatihan memasak menu makan kaya gizi untuk balita dengan penilaiannya yaitu peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan yang dilihat melalui keaktifan peserta dalam proses diskusi dan tanya jawab. Selanjutnya, adanya peningkatan keterampilan peserta penyuluhan dalam membuat menu makan kaya gizi untuk balita, dan tindak lanjut dari hasil pangan yang dibuat setelah masa pelatihan yang akan dinilai saat kegiatan posyandu selanjutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Penyuluhan tentang Stunting dan Menu Makanan Sehat untuk Balita

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan untuk dapat mengedukasi peserta mengenai kondisi stunting di Indonesia, khususnya di wilayah Kecamatan Kalisat. Penyuluhan yang diberikan kepada mitra mengenai pengertian stunting, penyebab stunting, dan cara mencegah stunting. Proses penyuluhan akan diberikan dengan bahasa yang baik, jelas, sederhana, dan mudah dimengerti oleh mitra. Tingkat pemahaman mitra akan diukur melalui tingkat keaktifan dalam proses diskusi setelah penyuluhan materi selesai dilakukan.

Hasil diskusi menunjukkan adanya peningkatan keaktifan peserta penyuluhan sebanyak 90% mitra yang aktif bertanya saat proses diskusi. Dari hasil tersebut menunjukkan adanya dampak positif dari pelaksanaan penyuluhan yang diberikan kepada

mitra dalam memahami konsep stunting dengan baik.



Gambar 1. Proses penyuluhan materi

B. Pelatihan Pembuatan Menu Makan Kaya Gizi untuk Balita

Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan fasilitas kepada kader dan ibu-ibu posyandu dalam pembuatan menu makan kaya gizi. Proses diawali dengan pendampingan pembuatan menu makan oleh tim pelaksana. Kegiatan pendampingan terlaksana dengan baik, mitra terlihat kooperatif saat pelaksanaan demonstrasi memasak yang dilakukan.

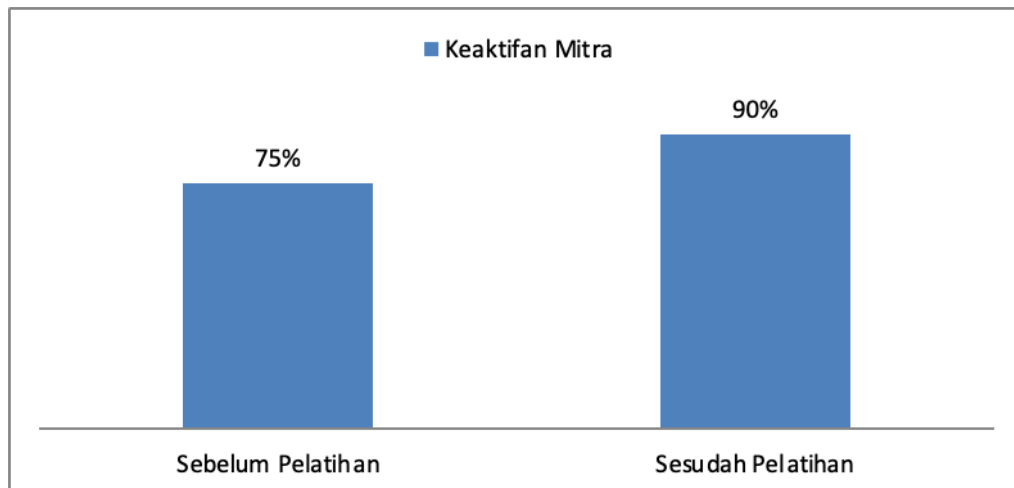


Gambar 2. Pendampingan memasak makanan kaya gizi untuk balita

Hasil olahan dari proses pendampingan memasak akan diberikan kepada ibu-ibu posyandu untuk dapat menjadi bahan dalam pelaksanaan praktik memasak mandiri yang akan dilaksanakan di rumah masing-masing. Hasil memasak mandiri dari ibu-ibu posyandu akan dinilai saat proses pelaksanaan posyandu selanjutnya. Penilaian akan dilaksanakan dengan melihat keterampilan ibu-ibu posyandu dalam mengolah makanan menjadi menu kaya gizi untuk balita sehingga mampu dalam memberikan dukungan dan perhatian untuk mencegah stunting pada balita.

C. Keberhasilan Kegiatan

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Sukoreno, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur telah berjalan dengan lancar. Adanya peningkatan keaktifan dan pengetahuan mitra mengenai stunting dan menu makan sehat untuk balita. Setelah tindak lanjut program dengan adanya penilaian keterampilan mitra dalam memasak makanan kaya gizi untuk balita di kegiatan posyandu didapatkan hasil adanya peningkatan kemampuan mitra dalam mengolah makanan untuk balita. Keberhasilan ditinjau melalui keaktifan mitra dalam menjawab pertanyaan tim pelaksana mengenai menu masakan yang dibuat setelah proses pelatihan. Tingkat keberhasilan dapat ditinjau melalui gambar berikut.



Gambar 3. Keaktifan mitra

KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan pelatihan pembuatan menu makan kaya gizi untuk balita yang dilaksanakan di Desa Sukoreno, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur telah berjalan dengan lancar dan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mitra. Mitra terkait yaitu kader dan ibu-ibu posyandu di Desa Sukoreno. Keberhasilan pelaksanaan kegiatan juga didapatkan dengan adanya keberlanjutan program dengan menilai keterampilan mitra dalam mengolah masakan kaya gizi untuk balita di pertemuan posyandu selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada LP2M Universitas Jember, Fakultas Keperawatan Universitas Jember, kader, masyarakat Desa Sukoreno, dan ibu-ibu posyandu setempat, serta segenap pihak Desa Sukoreno, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur atas dukungan dan bantuannya selama pelaksanaan program pengabdian ini dilaksanakan. Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dengan pihak-pihak yang terkait dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Budge, S. *et al.* (2019) 'Environmental enteric dysfunction and child stunting', *Nutrition Reviews*, 77(4), pp. 240–253. doi: 10.1093/nutrit/nuy068.
- Hidayah, N. (2022) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita', *Journal of Midwifery Science*, 6(1), pp. 1–10.
- Kemkes RI (2022) 'Kepmenkes RI no HK.01.07/MENKES/1928/2022 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Stunting', pp. 1–52.

- Komalasari, K. *et al.* (2020) 'Faktor-Faktor Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita', *Majalah Kesehatan Indonesia*, 1(2), pp. 51–56. doi: 10.47679/makein.202010.
- Lestari, W. and Kristiana, L. (2018) 'Stunting: Studi Konstruksi Sosial Masyarakat Perdesaan Dan Perkotaan Terkait Gizi Dan Pola', *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 9(1), pp. 17–33. Available at: <http://jurnal.dpr.go.id/index.php/aspirasi/index%0astunting>.
- Mustafa, A. *et al.* (2023) 'Pelatihan Pengolahan Formula Tempe Generasi Dua Bagi Ibu Balita Gizi Kurang Training on the Processing of the Second Generation of Tempe Formula for Mothers Whose Under-fives Children Are Under Nourished', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), pp. 1–10.
- Ningtyias, F. W., Faradila, F. and S., S. (2022) 'Gambaran Sosio Budaya Gizi Pada Balita Stunting Usia 6-24 Bulan Di Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember', *Medical Technology and Public Health Journal*, 5(1), pp. 92–103. doi: 10.33086/mtphj.v5i1.2250.
- Rahmadhita, K. (2020) 'Permasalahan Stunting dan Pencegahannya', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), pp. 225–229. doi: 10.35816/jiskh.v11i1.253.
- Sari, N. I. and Harianis, S. (2022) 'Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Balita', *Maternal & Neonatal Health Journal*, 3(2), pp. 57–64. doi: 10.37010/mnhj.v3i2.750.
- Soliman, A. *et al.* (2021) 'Early and long-term consequences of nutritional stunting: From childhood to adulthood', *Acta Biomedica*, 92(1), pp. 1–12. doi: 10.23750/abm.v92i1.11346.
- Titaley, C. R. *et al.* (2013) 'Determinants of the Stunting of Children in Indonesia: A Multilevel Analysis of the 2013 Indonesia Basic Health Survey', *Nutrients*, 11, p. 1160.
- Vaivada, T. *et al.* (2020) 'Stunting in childhood: An overview of global burden, trends, determinants, and drivers of decline', *American Journal of Clinical Nutrition*, 112, pp. 777S-791S. doi: 10.1093/ajcn/nqaa159.