

PEMBERDAYAAN ORANG TUA PENDERITA STUNTING MELALUI PELATIHAN OLAHAN MAKANAN TINGGI PROTEIN BERBASIS SUMBER DAYA SEKITAR DI DESA KESIMAN KECAMATAN TRAWASKABUPATEN MOJOKERTO

Dwi Iriyani¹, Ita Fatkhur Romadhoni², Siti Yuliana³, Asrul Bahar⁴

Universitas Terbuka Surabaya¹

Universitas Negeri Surabaya^{2,3,4}

dwiiriyani@ecampus.ut.ac.id¹

Kata Kunci:

*Based on
surrounding
resources,
Desa
Kesiman,
processed
foods high in
protein,
Stunting*

Abstrak

Stunting merupakan masalah kesehatan anak akibat gizi buruk, terutama jika berlangsung dalam jangka waktu yang lama. Dalam jangka panjang dampak stunting adalah: anak mengalami kesulitan belajar, kemampuan perkembangan kognitif menurun, dan daya tahan tubuh melemah sehingga mudah terkena infeksi berbagai penyakit. Faktor penyebabnya dapat berasal dari malnutrisi pada ibu hamil atau selama masa pertumbuhan anak. Angka stunting pada balita di Desa Kesiman Trawas Kabupaten Mojokerto mencapai angka 21% . Angka tersebut cukup tinggi dan ada pada urutan keempat di Kabupaten Mojokerto. Menurut WHO suatu negara dikatakan memiliki masalah stunting bila kasusnya mencapai angka diatas 20%. Di Indonesia menurut data Kemenkes tahun 2021 kasus balita stunting mencapai 24,4%. Hasil analisis tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Terbuka Surabaya bahwa orang tua penderita stunting membutuhkan suplemen tambahan untuk menurunkan angka stunting, dan tidak semua orang tua memahami cara mengolah makanan yang terdapat di lingkungannya untuk dimasak menjadi makanan sehat yang tinggi nilainya untuk anak balita. Berdasarkan identifikasi permasalahan diatas maka permasalahan yang akan dipecahkan adalah bagaimana cara memberdayakan orang tua penderita anak stunting di Desa Kesiman melalui pelatihan membuat olahan makanan tinggi protein berbasis sumberdaya sekitar. Melalui kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini orang tua balita diharapkan mampu membuat variasi makanan yang lebih baik dan memenuhi nilai gizi untuk tumbuh kembang anak balita sehingga bisa menurunkan angka stunting di Desa Kesiman Trawas Kabupaten Mojokerto.

A. Pendahuluan

Untuk mewujudkan Indonesia Maju pada tahun 2045, maka setiap permasalahan yang dihadapi oleh bangsa ini harus dapat diatasi bersama. Salah satu permasalahan yang dihadapi pada saat ini yaitu *Stunting*. Sebelum membahas lebih jauh, maka perlu diketahui definisi dari *Stunting*. Menurut WHO, *stunting* adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak berada di bawah standar.

Gizi merupakan salah satu faktor yang dibutuhkan dalam perkembangan tubuh dalam proses tumbuh kembang fisik, sistem saraf dan otak sertatingkat intelektualitas dan kecerdasan manusia (Supariasa dkk., 2013). Jika pola makan tidak bergizi maka akan terganggu kesehatan dan kecerdasannya. Sebaliknya pola makan yang bergizi akan meningkatkan kinerja otak, sedangkan kesehatan membuat anak dapat berorientasi untuk mengingat sesuatu dengan bergerak aktif sehingga menghasilkan anak yang cerdas.

Sebenarnya, permasalahan *Stunting* ini tidak hanya terjadi di Indonesia, namun juga di berbagai negara. Dikutip dari www.antaraneews.com, disebutkan bahwa WHO mengestimasi jumlah keseluruhan kasus penyakit yang terjadi pada suatu waktu tertentu di suatu wilayah (prevalensi) *Stunting* (balita kerdil) di seluruh dunia sebesar 22 persen atau sebanyak 149,2 juta jiwa pada tahun 2020. Di Indonesia, berdasarkan data *Asian Development Bank*, pada tahun 2022 persentase *Prevalence of Stunting Among Children Under 5 Years of Age* di Indonesia sebesar 31,8 persen. Jumlah tersebut, menyebabkan Indonesia berada pada urutan ke-10 di wilayah Asia Tenggara. Selanjutnya pada tahun 2022, berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan, angka *stunting* di Indonesia berhasil turun menjadi 21,6 persen.

Mengingat pentingnya permasalahan tersebut, Presiden Republik Indonesia, Joko Widodo, dalam sambutan di Pembukaan Rapat Kerja Nasional Program Pembangunan Keluarga, Kependudukan, dan Keluarga Berencana (Banggakencana) dan Penurunan Stunting di Auditorium BKKBN Halim Perdanakusuma Jakarta (tanggal 25 Januari 2023), menyampaikan bahwa dampak *stunting* ini bukan hanya urusan tinggi badan, tetapi yang paling berbahaya adalah nanti rendahnya kemampuan anak untuk belajar, dan munculnya penyakit-penyakit kronis yang gampang masuk ke tubuh anak. Oleh karena itu, diharapkan target persentase *stunting* di Indonesia pada tahun 2024 dapat turun hingga 14 persen. Presiden Republik Indonesia jugayakin bahwa dengan kekuatan bersama maka angka itu bukan angka

yang sulit untuk dicapai, asal semuanya bekerja bersama-sama.

Judul pengabdian kepada masyarakat tersebut diangkat dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan pada warga dan pengelola posyandu Desa Kesiman menunjukkan bahwa angka stunting pada balita di Desa Kesiman Trawas mencapai angka 21% . Angka tersebut cukup tinggi dan ada pada urutan keempat di Kabupaten Mojokerto. Menurut WHO suatu negara dikatakan memiliki masalah stunting bila kasusnya mencapai angka diatas 20%. Di Indonesia menurut data Kemenkes tahun 2021 kasus balita stunting mencapai 24,4%.

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan yang terjadi pada anak dibawah 5 tahun dan akan berdampak terhadap pertumbuhan fisik pada anak. Sebagian orang, mungkin belum familiar dengan istilah ini, tetapi stunting sering terjadi di Indonesia. Stunting merupakan masalah kesehatan anak akibat gizi buruk, terutama jika berlangsung dalam jangka waktu yang lama. Dalam jangka panjang dampak stunting adalah: anak mengalami kesulitan belajar, kemampuan perkembangan kognitif menurun, dan daya tahan tubuh melemah sehingga mudah terkena infeksi berbagai penyakit. Faktor penyebabnya dapat berasal dari malnutrisi pada ibu hamil atau selama masa pertumbuhan anak.

Gejala stunting paling umum terlihat pada anak adalah tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak-anak sebaya. Meskipun postur tubuh anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, stunting menunjukkan adanya keterlambatan pertumbuhan yang memerlukan perhatian serius.

Hasil analisis tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Terbuka Surabaya bahwa orang tua penderita stunting membutuhkan suplemen tambahan untuk menurunkan angka stunting, dan tidak semua orang tua memahami cara mengolah makanan yang terdapat di lingkungannya untuk dimasak menjadi makanan sehat yang tinggi nilai gizinya untuk anak balita. Berdasarkan identifikasi permasalahan diatas maka permasalahan yang akan dipecahkan adalah bagaimana cara memberdayakan orang tua penderita anak stunting di Desa Kesiman melalui pelatihan membuat olahan makanan tinggi protein berbasis sumberdaya sekitar.

Stunting dapat dicegah, untuk itu orang tua harus mengupayakan hal-hal berikut ini: (1) Orang tua khususnya ibu ibu dihimbau agar memberikan makanan yang sehat dan mencukupi nilai gizinya sejak dalam kandungan hingga anak usia 2 tahun harus betul betul diperhatikan; (2) Ibu-ibu untuk memberikan ASI eksklusif hingga bayi berumur 6 bulan dan mengusahakan anak mendapatkan imunisasi lengkap.

UNICEF Indonesia bekerja sama dengan Bappenas dan Kementerian Kesehatan meluncurkan Kerangka Aksi Gizi Ibu dan Pemberian Makanan

Pendamping ASI di Indonesia sebagai upaya untuk mengurangi tingkat malnutrisi pada anak. Kerangka aksi ini menyajikan tindakan strategis yang diperlukan untuk meningkatkan gizi ibu dan pemberian Makanan Pendamping ASI.

B. Metode Pelaksanaan

Metode kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah dalam bentuk ceramah, diskusi, dan simulasi / praktek. Pelatihan dilakukan selama satu hari. Materi difokuskan dalam memberikan informasi mengenai pengenalan diversifikasi olahan makanan tinggi protein berbasis bahan sekitar Desa Kesiman yang disukai balita dengan nilai gizi yang tinggi untuk menurunkan angka stunting di Desa Kesiman Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto.

Tahapan Kegiatan

Ruang lingkup kegiatan pelatihan dan pendampingan ini adalah sebagai

1. Tahap Penentuan Target dan Kesiapan dengan Mitra

Pada tahap ini ditentukan target dari kegiatan pelatihan olahan makanan tinggi protein berbasis bahan sekitar Desa Kesiman Kecamatan Trawas Kab.Mojokerto.

2. Tahap Penentuan Kuota Peserta

Setelah target kegiatan telah ditentukan, selanjutnya dilakukan penentuan jumlah kuota masyarakat yang akan ikut pelatihan dan pendampingan.

3. Tahap Penyebaran Surat Undangan

Setelah tahap penentuan kuota peserta, selanjutnya menyebar undangan ke masyarakat khususnya orang tua balita stunting di Desa Kesiman dengan jumlah peserta sesuai dengan kuota yang telah ditentukan yaitu 40 orang tua balita.

4. Tahap Prosedur Peminjaman Tempat Pelatihan

Sejalan dengan pelaksanaan tahap penentuan kuota peserta, juga dilakukan tahap penentuan tempat/lokasi pelatihan dan prosedur peminjamannya. Dimana lokasi yang dipilih adalah Ruang pertemuan atau Aula di Kantor Desa Kesiman Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto.

5. Tahap Persiapan Tempat Pelatihan

Pada tahap ini dilakukan pengecekan komputer, koneksi internet, LCD, Modul, peralatan yang diperlukan, antara lain: kompor, tabung gas elpiji, panci, piring, bahan-bahan olahan makanan tinggi protein (susu, telur,

rotitawar, daging, ikan , sayuran, dll)

6. Tahap Penyusunan Materi Pelatihan

Sejalan dengan pelaksanaan tahap penentuan kuota peserta, juga dilakukan tahap penyusunan materi pelatihan praktikum olahan makanan tinggi protein untuk mendukung penurunan angka stunting di Desa Kesiman yang cukup tinggi.

7. Tahap Pencetakan Bahan Pelatihan

Materi pelatihan yang telah selesai disusun, selanjutnya dicetak sesuai dengan maksimal kuota peserta pelatihan.

8. Tahap Perencanaan dan Penentuan Jadwal Pelatihan

Setelah tahap penyebaran surat undangan, tahap persiapan tempat pelatihan dan tahap pencetakan bahan pelatihan telah dilakukan, maka selanjutnya ditentukan susunan acara dari pelatihan. Dimana rencana pelatihan dilakukan sebanyak satu hari yaitu pada hari Sabtu dengan alokasi waktu selama 5 jam.

C. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat skema PKM Dosen – Teknologi Terapan tahun 2024 dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 27 Juli 2024 di Desa Kesiman Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto yang diikuti oleh 44 orangtua balita dan 44 anak balita bertempat di Pendopo Kantor Kepala Desa Kesiman Trawas Mojokerto. Tim pengabdian kepada Masyarakat terdiri dari dosen agribisnis FST UT dan Dosen Tataboga Universitas Negeri Surabaya diterima oleh Bapak Kades Desa Kesiman yaitu Bapak Helmi Affandi dan Ibu Ketua Tim Penggerak PKK Desa Kesiman yaitu Ibu Tuty Hidayati.

Dalam kata sambutannya Bapak Kepala Desa Kesiman menyampaikan rasa terima kasih kepada Universitas Terbuka yang telah memilih Desa Kesiman sebagai Lokasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimana tingkat stunting untuk balitanya cukup tinggi. Melalui pelatihan membuat olahan makanan tinggi protein ini diharapkan ibu-ibu balita bisa membuat variasi makanan lebih baik dan memenuhi nilai gizi untuk tumbuh kembang anak-anak balita sehingga bisa menurunkan angka stunting di Desa Kesiman.

Tim pengabdian kepada masyarakat mendemonstrasikan cara membuat setup dari bahan dasar susu UHT, susu formula, santan, keju, gula, daun kelor yang telah dikeringkan dan dihaluskan, roti tawar dan air menjadi makanan sehat yang disukai anak-anak balita. Setelah setup kelor matang maka dibagikan kepada 44 orang ibu-ibu untuk diberikan kepada putra balitanya. Tim abdimas juga membagikan beberapa resep untuk mengolah makanan tinggi protein dari bahan dasar ikan, daging ayam, sayuran, telur, susu yang

mudah didapatkan di Desa Kesiman Trawas Mojokerto.

Tim pengabdian kepada masyarakat menyerahkan bingkisan susu Chil Go dan telur ayam serta makanan sehat kepada orang tua balita yang diundang. Padakesempatan tersebut juga diberikan penyuluhan tentang tumbuh kembang anak balita dari petugas Puskesmas Desa Kesiman, yang intinya himbauan agar orang tua rutin membawa balitanya untuk ditimbang berat badannya dan diukur tinggi badannya di Posyandu setiap bulan agar orang tua balita mengetahui grafik pertumbuhan anaknya termasuk normal apa tidak. Gejala stunting paling umum terlihat pada anak adalah tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak-anak sebaya. Meskipun postur tubuh anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, stunting menunjukkan adanya keterlambatan pertumbuhan yang memerlukan perhatian serius.

Stunting disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu: (1) praktik pengasuhan yang kurang baik, (2) terbatasnya layanan kesehatan, (3) kurangnya akses keluarga ke makanan bergizi, (4) kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi, (5) konsumsi dan budaya, (6) pernikahan dini.

Stunting dapat dicegah, untuk itu orang tua harus mengupayakan hal-hal berikut ini: (1) Orang tua khususnya ibu ibu dihimbau agar memberikan makanan yang sehat dan mencukupi nilai gizinya sejak dalam kandungan hingga anak usia 2 tahun harus betul betul diperhatikan; (2) Ibu-ibu untuk memberikan ASI eksklusif hingga bayi berumur 6 bulan dan mengusahakan anak mendapatkan imunisasi lengkap. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi stunting dilakukan pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari anak balita.

Foto-Foto Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Gambar 1.

Ketua Tim Pengabdian kepada Masyarakat memberikan sambutan



Gambar 2.

Bapak Kades Desa Kesiman Trawas Mojokerto menerima secara simbolis bingkisan susu dll dari tim abdimas Universitas Terbuka



Gambar 3.

Terdapat 45 paket bingkisan untuk balita terdiri dari susu Chil Go, telur, Cemilan sehat dan nasi makan siang untuk orang tua balita



Gambar 4.

Peserta pelatihan olahan makanan tinggi protein di Pendopo Kantor Kepala Desa Kesiman Trawas Mojokerto



Gambar 5.

Demo cara membuat setup kelor dari bahan susu, keju, daun kelor, roti tawar, gula, dan santan sebagai contoh makanan tinggi protein



Gambar 6.

Foto bersama dengan anak-anak balita, tim P KM UT Surabaya, Ketua PKK Desa Kesiman Trawas Mojokerto, Kader Posyandu



D. Simpulan

Stunting disebabkan oleh faktor multidimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi stunting dilakukan pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari anak balita. Stunting disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu: (1) praktik pengasuhan yang kurang baik, (2) terbatasnya layanan kesehatan, (3) kurangnya akses keluarga ke makanan bergizi, (4) kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi, (5) konsumsi dan budaya, (6) pernikahan dini.

E. Ucapan Terima Kasih

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dapat terselesaikan berkat dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini kami menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dra. Dewi Artati Padmo Putri, M.A., Ph.D. selaku Ketua LPPM-UT atas kepercayaan dan dukungannya dalam pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat dengan biaya dari LPPM-UT.
2. Ibu Dr. Suparti, M.Pd, selaku Direktur UT Surabaya atas kesempatan yang diberikan untuk melakukan kegiatan PkM ini.
3. Bapak Helmi Affandi, selaku Kepala Desa Kesiman Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto sebagai Mitra atas kerjasama yang diberikan kepada Tim PkM Universitas Terbuka untuk melaksanakan kegiatan ini.
4. Bapak dan Ibu masyarakat di Desa Kesiman Trawas Kabupaten Mojokerto yang sudah meluangkan waktu mengikuti pelatihan dari Tim PkM Universitas Terbuka dan mempraktekkan resep olahan makanan tinggi protein dari bahan di lingkungan sekitar.
5. Teman-teman dosen Prodi Tata Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya yang telah bekerjasama dengan baik sehingga kegiatan pengabdian kepada Masyarakat bisa terlaksana dan diterima oleh Masyarakat Desa Kesiman Trawas Kabupaten Mojokerto.

Semoga Allah SWT memberikan pahala yang berlipat pada Bapak dan Ibu yang telah mendukung kegiatan PkM ini. Harapan penulis semoga artikel ini memberikan manfaat bagi para pembaca sekalian.

F. Referensi

- Anonim (2008). *Makanan Pendamping ASI*. <http://umslibrary.com>. 2008. (diakses pada tanggal 9 Maret 2011).
- Ariani (2008). *Makanan Pendamping ASI*. Tersedia di: <http://parentingislami.wordpress.com>. 2008. (diakses pada 9 Maret 2011).
- Depkes RI (2006). *Makanan Pendamping ASI (MPASI)*. Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat.
- Hidayat, A., Aziz Alimul (2009). *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pudjiaji (2005). *Ilmu Gizi Klinis Pada Anak*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Ramadina, A.R., Yuliana, dkk. Impact of Nutrition and Health on Childrens Development. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*. Vol. 15 No. 1 . Januari 2023.
- Sabri, Lukni (2010). *Statistik Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Supriasa, I.D. (2003). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.