

Edukasi Pemanfaatan Pangan Lokal Yang Aman dan Bergizi Dalam Upaya Pencegahan Stunting di Kelurahan Sidanegara

Dhiah Dwi Kusumawati¹, Rochany Septiyaningsih², Widyoningsih³, Septiana Indratmoko⁴

¹Prodi D3 Kebidanan, ²Prodi S1 Kebidanan, ³Prodi S1 Keperawatan,

⁴Prodi S1 Farmasi

rochany.septiyaningsih87@gmail.com

Abstrak

Stunting adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Terbatasnya konsumsi makanan bergizi dapat dipengaruhi oleh faktor ekonomi seperti harga pangan dan pendapatan keluarga dan berkaitan erat dengan akses pangan individu dan keluarga. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Kelurahan Sidanegara tentang stunting dan pemanfaatan bahan pangan lokal. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif dan tanya jawab dengan jumlah peserta 28 orang yang terdiri dari ibu hamil, kader, ibu bayi balita normal dan ibu bayi balita stunting. Instrumen menggunakan kuesioner dengan 15 pernyataan dan media yang digunakan adalah laptop dan LCD. Hasil penyuluhan menunjukkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan pada saat *pre-test* adalah 74,3 dan pada saat *post-test* meningkat menjadi 99,28. Dampak pengabdian ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang stunting dan pemanfaatan bahan pangan lokal dengan perbedaan nilai rata-rata nilai pengetahuan peserta penyuluhan pada saat *pre-test* dan *post-test* dengan angka 24,98. Untuk itu disarankan kepada masyarakat khususnya pada ibu untuk melakukan pencegahan stunting dengan pemenuhan asupan gizi selama hamil, melahirkan dan anak sebelum usia 2 tahun.

Kata kunci : Edukasi, Stunting, Pangan Lokal

Abstract

Stunting is a condition where a toddler has less length or height compared to age. Limited consumption of nutritious food can be influenced by economic factors such as food prices and family income and is closely related to individual and family food access. The aim of this service is to increase the knowledge of the Sidanegara Village community about stunting and the use of local food ingredients. The method used was an interactive lecture and question and answer session with 28 participants consisting of pregnant women, cadres, mothers of normal toddlers and mothers of stunted toddlers. The instrument uses a questionnaire with 15 statements and the media used are laptops and LCD. The results of the counseling showed that the average knowledge score at the pretest was 74.3 and at the posttest it increased to 99.28. The impact of this service is increasing community knowledge about stunting and the use of local food ingredients with a difference in the average knowledge value of counseling participants during the pretest and posttest with a number of 24.98. For this reason, it is recommended to the public, especially mothers, to prevent stunting by fulfilling nutritional intake during pregnancy, childbirth and children before the age of 2 years.

Keywords: Education, Stunting, Local Food

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi kekurangan gizi kronis yang berdampak secara tidak langsung terhadap kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Stunting adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur (Kemenkes RI 2016). Berdasarkan data WHO (2018), satu dari 5 anak di bawah 5 tahun mengalami stunting dan prevalensi di seluruh dunia mencapai angka 21,9% (UNICEF, 2019). Sementara kondisi di Indonesia dari laporan ePPGBM SIGIZI tahun 2020, prevalensi stunting sebesar 11,6%. Provinsi Bangka Belitung merupakan salah satu provinsi dengan angka kejadian stunting pada anak usia 0-59 bulan yang cukup rendah yakni sebesar 4,6% (Kemenkes RI, 2021).

Indonesia memiliki masalah gizi yang berat, hal ini terlihat dari banyaknya kasus kurang gizi pada anak balita dan anak usia masuk sekolah baik pada laki-laki dan perempuan. Masalah gizi pada anak usia sekolah dapat menyebabkan rendahnya kualitas tingkat pendidikan, tingginya angka absensi dan tingginya angka putus sekolah (Sulastri, 2012). Indonesia menempati peringkat kelima dunia untuk jumlah anak dengan kondisi stunting. Lebih dari sepertiga anak berusia di bawah lima tahun di Indonesia tingginya berada di bawah rata-rata. 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 begitu saja sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun (Sutarto, Mayasari S., 2018). Data Kelurahan Sidanegara Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I, terdapat 198 balita terdeteksi stunting sampai pada bulan Juli 2019 (Satelit Post, 2018). Pada tahun 2022 terjadi kenaikan angka kejadian stunting menjadi 220 balita.

Faktor penyebab utama terjadinya stunting yakni tidak terpenuhinya asupan gizi yang optimal pada awal 1.000 hari pertama kehidupan yaitu sejak awal kehamilan (konsepsi) hingga anak berusia dua tahun (Schwarzenberg & Georgieff 2018). Terbatasnya konsumsi makanan bergizi dapat dipengaruhi oleh faktor ekonomi seperti harga pangan dan pendapatan keluarga dan berkaitan erat dengan

akses pangan individu dan keluarga (Beal dkk., 2018). Di situasi pandemi covid 19 saat ini dimana angka pemutusan hubungan kerja dan pengangguran yang tinggi sehingga secara tidak langsung berdampak pada ketahanan pangan rumah tangga (Singh dkk., 2021). Optimalisasi pemanfaatan pangan lokal atau pangan yang ada di sekitar masyarakat merupakan salah satu alternatif dalam mengatasi terbatasnya akses pangan keluarga. Dengan adanya upaya pemanfaatan pangan lokal, masyarakat desa khususnya kelas ekonomi menengah ke bawah dapat meminimalisir alokasi pendapatan keluarga untuk membeli pangan.

Hasil penelitian (Galhena, Freed, & Maredia 2013) menyebutkan bahwa pangan lokal yang ditanam di pekarangan atau taman rumah mampu mengatasi kerawanan pangan dan kekurangan gizi serta memberikan manfaat tambahan seperti penambahan pendapatan rumah tangga. Hasil penelitian dari (Damayanti & Muniroh 2016; Juliyanti, 2018), terdapat hubungan yang signifikan antara rendahnya asupan protein dengan terjadinya stunting. Oleh karena itu, upaya optimalisasi pemanfaatan pangan lokal sumber protein dapat menjadi alternatif dalam mencegah terjadinya stunting. Selain bergizi, pangan yang dikonsumsi oleh masyarakat juga harus terjamin dari aspek keamanan baik karena cemaran biologis, kimia dan benda lain yang dapat mengganggu, merugikan dan Hasil Riskesdas terbaru di tahun 2018 menunjukkan prevalensi stunting sebesar 30,8%, yang artinya 1 dari 3 anak indonesia masih mengalami stunting.

Kejadian stunting merupakan dampak dari asupan gizi yang kurang, baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Kondisi tersebut sering dijumpai di negara dengan kondisi ekonomi kurang (Apolna et.al., 2016). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa rumah tangga yang mengalami kerawanan pangan lebih cenderung memiliki balita dengan keadaan stunting. Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Rachmah Q., Indriani D. and T, 2020). Hasil penelitian dari (Damayanti & Muniroh 2016; Juliyanti, 2018), terdapat hubungan yang signifikan antara rendahnya asupan protein dengan terjadinya stunting. Oleh karena itu, upaya optimalisasi

pemanfaatan pangan lokal sumber protein dapat menjadi alternatif dalam mencegah terjadinya stunting. Selain bergizi, pangan yang dikonsumsi oleh masyarakat juga harus terjamin dari aspek keamanan baik karena cemaran biologis, kimia dan benda lain yang dapat mengganggu, merugikan dan membahayakan kesehatan manusia. Penelitian (Badriyah & Syafiq 2017) menyebutkan bahwa keamanan pangan dari aspek hygiene dan sanitasi merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stunting pada anak di bawah 2 tahun.

Berdasarkan uraian di atas, peran akademisi dirasakan perlu dalam upaya sosialisasi, penerapan, serta pendampingan kepada masyarakat Kelurahan Sidanegara terkait potensi pangan lokal dengan mempertimbangkan aspek keamanan pangan dan kandungan gizi guna mengatasi permasalahan stunting. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat Kelurahan Sidanegara dalam memanfaatkan pangan lokal yang aman dan bergizi.

2. MASALAH

Dari penjelasan diatas diketahui bahwa masih ada balita dengan stunting di Wilayah Kelurahan Sidanegara, sehingga perlu penanganan yang berkesinambungan untuk mengurangi angka kejadian stunting di wilayah Kelurahan Sidanegara. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Kelurahan Sidanegara dalam memanfaatkan pangan lokal yang aman dan bergizi. Selanjutnya dengan memperhatikan hasil analisis situasi dan usulan mitra, maka disepakati bersama antara mitra dan tim pengusul tentang beberapa fokus permasalahan yang akan diatasi dan dilaksanakan dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Kelurahan Sidanegara dalam tim pengabdian ini adalah sebagai berikut:

- a. Rendahnya pengetahuan tentang pencegahan stunting
- b. Rendahnya pengetahuan tentang pemanfaatan bahan pangan lokal untuk membantu pencegahan stunting

3. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan yang digunakan dalam proses pengabdian masyarakat ini meliputi:

a. Tahap Persiapan

Melakukan survey langsung ke lokasi untuk mengetahui jumlah anak stunting di Kelurahan Sidanegara, dilanjutkan melakukan perijinan secara langsung kepada pihak Puskesmas Cilacap Tengah I terkait rencana kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi pemanfaatan sumber pangan lokal. Selanjutnya melakukan koordinasi dengan kader di Kelurahan Sidanegara untuk penentuan waktu (Jumat, 22 September 2023), tempat (tempat di rumah kader) dan sasaran (ibu hamil, kader, ibu bayi balita normal, ibu bayi balita stunting) dengan total sasaran 28 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang stunting berjumlah 8 pernyataan dan kuesioner tentang pemanfaatan bahan pangan lokal berjumlah 7 pernyataan.

b. Tahap Penyuluhan

Sebelum dilakukan pemberian materi, diawali dengan pengisian kuesioner *pre-test* tentang pengetahuan tentang stunting dan pemanfaatan sumber pangan lokal. Pemberian materi dilakukan oleh 4 dosen tim pengabdian dan 1 mahasiswa Universitas Al-Irsyad Cilacap (UNAIC). Materi yang diberikan meliputi tentang stunting, pemanfaatan bahan pangan lokal dan kreasi menu dengan bahan pangan lokal. Penyampaian materi dilakukan dengan media laptop dan LCD.

c. Tahap Evaluasi

Evaluasi langsung dilakukan dengan pengisian kuesioner *post-test* tentang pengetahuan tentang stunting pemanfaatan sumber pangan lokal. Kemudian evaluasi dilakukan setiap bulan pada menu sehat yang diberikan kepada ibu hamil, bayi dan balita saat Posyandu.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat terkait Edukasi Pemanfaatan Pangan Lokal yang Aman dan Bergizi dalam Upaya Pencegahan Stunting di Kelurahan Sidanegara dilaksanakan pada hari Jumat, 22 September

2023 dengan jumlah peserta 28 orang di Rumah Kader. Hasil kegiatan pengabdian sebagai berikut:

a. Persiapan dan Koordinasi

Pada tahap ini telah dilakukan koordinasi yang baik dengan pihak Puskesmas Cilacap Tengah I, Kelurahan Sidanegara dan Kader Kelurahan Sidanegara, dengan hasil waktu, tempat dan sasaran sesuai dengan kesepakatan.

b. Pelaksanaan



Gambar 1 Penyampaian materi *Stunting*



Gambar 1 Penyampaian materi Olahan Pangan Lokal

Berdasarkan gambar 1 dan 2 penyampaian materi tentang stunting dan olahan berbahan pangan lokal. Sebelum dilakukan penyampaian materi, terlebih dahulu dilakukan pengisian pretest oleh peserta penyuluhan untuk mengukur pengetahuan awal peserta tentang stunting dan olahan berbahan pangan lokal.



Gambar 3 Antusias Peserta



Gambar 4 Bahan Pangan Lokal

Selanjutnya gambar 3 diatas menunjukkan peserta antusias mengikuti kegiatan penyuluhan tentang stunting dan olahan berbahan pangan lokal. Penyuluhan disampaikan dengan metode ceramah interaktif dan tanya jawab, sesi tanya jawab dimaksudkan agar peserta lebih aktif bertanya dan dapat

menyerap materi tentang stunting dan olahan berbahan pangan lokal secara maksimal. Setelah penyuluhan dilakukan pengisian posttest oleh peserta untuk mengukur pengetahuan akhir peserta tentang stunting dan olahan berbahan pangan lokal.

Hasil kegiatan pengabdian tentang stunting dan olahan bahan pangan lokal di Kelurahan Sidanegara Kabupaten Cilacap dapat dilihat pada tabel 1.

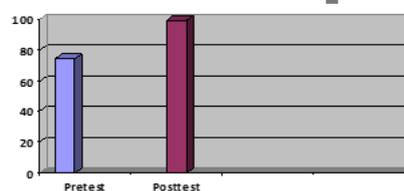
Tabel 1. Perbandingan skor rata-rata pengetahuan tentang stunting dan olahan bahan pangan lokal saat pretest dan posttest di Kelurahan Sidanegara Kabupaten Cilacap

Nilai Statistik	Nilai Pengetahuan	
	Pretest	Posttest
Minimum	66,7	93,3
Maksimum	93,3	100
Mean	74,3	99,28

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan peserta penyuluhan tentang stunting dan olahan bahan pangan lokal pada saat *pre-test* adalah 66,7 dan pada saat *post-test* meningkat menjadi 93,3. Nilai pengetahuan terendah pada saat *pre-test* adalah 66,7 dan nilai tertinggi adalah 93,3 dan pada saat *post-test* nilai pengetahuan terendah pada adalah 93,3 dan nilai tertinggi adalah 100.

Berdasarkan gambar 5 dibawah terdapat perbedaan nilai rata-rata pengetahuan peserta penyuluhan pada saat *pre-test* dan *post-test* dengan angka 24,95. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi berupa penyuluhan stunting dan olahan bahan pangan lokal.



Gambar 5. Grafik nilai rata-rata pengetahuan peserta tentang stunting dan olahan bahan pangan lokal saat pretest dan posttest

Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh (Astuti, 2018) pada masyarakat Kecamatan Jatinagor Kabupaten Sumedang yang menyatakan bahwa gerakan pencegahan stunting melalui pelatihan meningkatkan pengetahuan kader posyandu dapat meningkatkan pemberdayaan masyarakat dalam melakukan pencegahan stunting. Peningkatan rata-rata skor pengetahuan masyarakat yang cukup signifikan disebabkan oleh penerimaan materi tentang stunting dan olahan bahan pangan lokal yang diberikan sangat baik. Pemanfaatan pangan lokal berhubungan kuat dengan ketahanan pangan rumah tangga karena mengurangi alokasi pendapatan rumah tangga untuk pembelian pangan (Martinez dkk., 2010). Menurut (Coelho, Coelho, & Egerer 2018), konsumsi pangan lokal dapat bermanfaat bagi lingkungan, ekonomi, dan masyarakat pada umumnya. Hasil studi (Mudzanatun, Fajriyah, & Muflihato 2019) menyebutkan bahwa pengolahan potensi lokal berbahan dasar umbi-umbian dapat meningkatkan kualitas produk dan peningkatan pendapatan mitra atau masyarakat.

Perilaku positif masyarakat tentang stunting dan olahan bahan pangan lokal dapat timbul karena adanya kesesuaian reaksi atau respon terhadap stimulus yaitu pengetahuan tentang pencegahan stunting dan olahan bahan pangan lokal. Pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi yang mendasari perilaku seseorang untuk berperilaku positif. Pengetahuan yang baik dapat meningkatkan perilaku masyarakat untuk melakukan pencegahan stunting secara dini (Hamzah, 2020).

Kegiatan gerakan pencegahan stunting sejalan dengan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dari Kementerian Kesehatan dan penanganan stunting yang menjadi prioritas pemerintah diperkuat dengan telah dikeluarkannya Permendes No. 19 Tahun 2017 tentang Prioritas Penggunaan Dana Desa, tahun 2018, penanganan stunting diprioritaskan pada 1000 desa di 100 kabupaten/kota di seluruh Indonesia, dengan penanganan melalui intervensi spesifik dan sensitif (Kemendes PDTT RI, 2018).

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik. Serta tercapainya target yang diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan peserta tentang stunting dan olahan bahan pangan lokal, dimana rata-rata nilai pengetahuan saat *pre-test* adalah 74,3 dan dan meningkat saat *post-test* menjadi 99,28. Disarankan kepada masyarakat khususnya kepada ibu untuk menjaga asupan gizi selama kehamilan, saat melahirkan dan pada saat anak sebelum 2 tahun untuk mencegah terjadinya stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, S. (2018). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat di Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Dharmakarya*, 7(3), 185–188.
- Hamzah, B. (2020). Menginisiasi Perilaku Positif Masyarakat Tentang Penyakit ISPA di Desa Muntoi Timur Kabupaten Bolaang Mongondow. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad (JPMA)*, 2(1), 33–42.
- Izwardy, D. (2018) *Praktik Pemberian Makanan Bayi dan Anak (PMBA) Untuk Perubahan Perilaku Pemenuhan Asupan Gizi Anak Dalam Upaya Pencegahan Stunting*. Available at: http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_60248a365b4ce1e/files/1P-APARAN-STUNTING-DIR.GIZI_1222.pdf.
- Rachmah Q., Indriani D., H. S. A. Y. and T, dan M. (2020) ‘Pendidikan Gizi Gemar Makan Ikan Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pencegahan Stunting Di Desa Gempolmanis Kecamatan Sambeng Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur’, *Amerta Nutrition*, pp. 165–170.
- Rimbawan, B. (2004) *Masalah Pangan dan Gizi Dalam Pengantar Pangan dan Gizi*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Sulastri (2012) ‘Faktor determinan kejadian stunting pada anak usia sekolah di kecamatan lubuk kilangan Kota Padang’, *Majalah Kedokteran Andalas*, pp. 39–50.
- Sutarto, Mayasari S., dan I. (2018) ‘Kematangan usia tulang pada anak usia sekolah dasar di daerah pertanian Kabupaten Brebes’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), pp. 96–103. doi: <http://dx.doi.org/10.15294/kemas.v11i1.3462>.
- UNICEF (2012) ‘Gizi Ibu dan Anak’, in, pp. 1–6.