

Pencegahan Stunting Dengan Camilan Kaya Kalsium Sebagai Makanan Tambahan Anak Balita di Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa

Wardiah Hamzah¹; Nasruddin Syam²

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muslim Indonesia

Korespondensi penulis: nasruddin.syam@umi.ac.id

Article History

Received :

January 02, 2023

Accepted :

January 19, 2024

Published :

March 31, 2024

Keywords: Fertilizer,
Micronutrient
Supplementation,
Personal protective
equipment, Farmers

Abstract: Increased food production requires fertilizers and pesticides. Fertilizers are used to increase soil fertility and pesticides are used to eradicate pests in food crops and plantations. Problems of farmers in Pucak Village, Kec. Tompobulu as a partner does not know the level of exposure to pesticides, does not know the impact of pesticides on health problems and does not have Personal Protective Equipment (PPE) when spraying. The solutions are: (1) Counseling on prevention and the impact of the use of fertilizers and pesticides on the incidence of dermatitis, (2) Provision of PPE in the form of masks and gloves in fertilizing and spraying pesticides. The results of community service are (1) Counseling on prevention and the impact of using fertilizers and pesticides on the incidence of dermatitis, which is carried out by conducting home visits. Farmers experienced an average increase in knowledge of safe and healthy fertilizing and pesticide spraying management, (2) Provision of PPE, especially hats, masks and gloves to farmers. **Abstract:** Increasing food production requires fertilizer and pesticides. Fertilizer is used to increase soil fertility. Fertilizer has a negative impact in the form of disease and poisoning on farmers in Borisallo Village, Kec. Parangloe, Kab. Gowa as a partner does not yet know how to prevent exposure to organic fertilizers on health, there is no provision of micronutrient supplementation (Calcium, Magnesium, Zinc, Boron and Vitamin D) as an increase in body immunity and detoxification of fertilizer exposure poisoning and there is no availability of Personal Protective Equipment in managing fertilizers in the form of masks and gloves for farmers. The solutions are: (1) Counseling on preventing fertilizer exposure to farmers, (2) Providing micronutrient supplementation (Calcium, Magnesium, Zinc, Boron and Vitamin D) to increase body immunity and detoxify fertilizer poisons, (3) Providing Personal Protective Equipment (PPE) in the form of masks and gloves when carrying out inorganic fertilization on farmers. The results of community service are (1) Counseling on prevention and the impact of using organic fertilizer on health, which is carried out by conducting home visits. Farmers experienced an average increase in knowledge of safe and healthy management of fertilization and pesticide spraying, (2) providing micronutrients and explaining sources of other food ingredients containing micronutrients in their environment, (3) Providing PPE, especially hats, masks and gloves to farmers

Abstrak: Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh anak Balita akibat kekurangan gizi kronik sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Salah satu bahan makanan yang dapat mencegah stunting adalah susu dan produk olahannya, karena di dalam susu terdapat kalsium yang dibutuhkan untuk pertumbuhan tulang agar anak tidak pendek¹. Kalsium merupakan zat yang penting bagi perkembangan tubuh anak terutama tulang dan gigi. Manfaat kalsium antara lain untuk meningkatkan kepadatan tulang, mengoptimalkan tinggi badan anak, meningkatkan kecerdasan anak Balita dan lain sebagainya. Posyandu Melati I adalah mitra Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa karena merupakan tempat berkumpulnya ibu yang memiliki anak balita untuk menimbang anak balita mereka. Permasalahan yang dihadapi mitra yaitu ibu

* Nasruddin Syam, nasruddin.syam@umi.ac.id

yang memiliki anak Balita belum tahu jenis makanan yang mengandung Kalsium tinggi agar dapat mencegah anak Balita mereka menjadi stunting. Solusinya yaitu : (1) Penyuluhan pembuatan camilan kaya Kalsium pada ibu yang memiliki anak Balita, (2) Pemberian makanan tambahan kaya Kalsium pada anak balita di Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa. Kegiatan dilaksanakan selama 4 bulan dengan sumber pembiayaan dari Yayasan Wakaf UMI. Keluarannya dalam bentuk publikasi Pada Media Massa (cetak/elektronik), peningkatan pemahaman dan ketrampilan masyarakat, serta peningkatan ketentraman/kesehatan masyarakat (mitra masyarakat umum). Hasil pelaksanaan PKM (1) Penyuluhan pembuatan camilan kaya kalsium dilakukan di Posyandu setelah kegiatan rutin Posyandu terhadap 20 ibu yang memiliki anak Balita yang ada Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa, (2) Diakhiri dengan pemberian makanan tambahan dan camilan kaya kalsium. Disarankan penyuluhan mengenai stunting lebih lanjut, agar ibu yang memiliki balita dapat mencegah stunting secara mandiri dan penimbangan anak balita secara rutin sehingga dapat dipantau perkembangan tumbuh kembang balita.

Kata Kunci : Stunting; Kalsium; Ibu yang anak Balita

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu gangguan pertumbuhan pada anak Balita akibat dari kekurangan gizi kronik². Anak-anak yang menderita stunting tetap akan pendek dan mengalami keterlambatan perkembangan otak secara kognitif. Anak tersebut akan menghadapi kesulitan dalam belajar yang akan berdampak pada masa depan mereka. Stunting terjadi karena adanya kekurangan nutrisi mulai dari bayi berada dalam kandungan hingga masuk ke usia emas mereka³.

Secara global, jumlah kejadian stunting di dunia sebesar 163,4 juta ditahun 2015 menurun menjadi 149,2 juta atau 22,0% di tahun 2020, namun masih di atas target WHO sebesar 20%. Kejadian stunting di Asia (53%) masih lebih tinggi dibandingkan di Afrika (41%) di tahun 2020³. Hal ini menjadi masalah kesehatan secara global dan menjadi menjadi salah satu tujuan SDGs.

Prevalensi stunting di Indonesia di tahun 2020 sebesar 24,4%⁴, mengalami penurunan menjadi 21,6% di tahun 2022. Meskipun demikian angka ini masih dibawah target WHO sebesar 20%. Untuk itu, Indonesia menargetkan angka stunting sebesar 14% di tahun 2024⁵.

Penyebab terjadinya stunting tidak hanya satu penyebab, namun berbagai hal yang menjadi penyebab (multidimensi), antara lain faktor gizi buruk, kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai kesehatan dan gizi, masih terbatasnya layanan kesehatan, kurangnya air bersih, dan lain sebagainya⁶. Untuk itu pemerintah mengadakan program kesehatan dalam rangka menurunkan angka stunting mulai dari tingkat nasional hingga tingkat pedesaan.

Program pemerintah dalam menurunkan angka stunting di desa, mulai dari sanitasi lingkungan, penyediaan fasilitas Posyandu, intervensi pada ibu hamil,

pemberian makanan tambahan hingga pada pemberdayaan masyarakat desa⁶. Pemberian makanan tambahan pada anak dilaksanakan pada Posyandu setiap bulan. Namun, timbul pertanyaan makanan tambahan yang seperti apa yang bisa mencegah stunting pada anak Balita. Apalagi pemberian makanan tambahan ini dilakukan secara terus menerus. Untuk itu, ibu yang memiliki anak Balita harus mempunyai pengetahuan dan kemampuan dalam memilih dan mengolah bahan makanan yang dapat mencegah stunting.

Salah satu bahan makanan yang dapat mencegah stunting adalah susu dan produk olahannya, karena di dalam susu terdapat kalsium yang dibutuhkan untuk pertumbuhan tulang agar anak tidak pendek¹. Kalsium merupakan zat yang penting bagi perkembangan tubuh anak terutama tulang dan gigi. Manfaat kalsium antara lain untuk meningkatkan kepadatan tulang, mengoptimalkan tinggi badan anak, meningkatkan kecerdasan anak Balita dan lain sebagainya. Kebutuhan akan kalsium untuk anak usia 0-6 bulan sebesar 200 mg/hari, usia 7-11 bulan sebesar 260 mg/hari dan balita usia 1-3 tahun sebanyak 700 mg/hari. Sedangkan usia 4-8 tahun sebesar 1.000 mg/hari⁷.

Kebutuhan akan kalsium diperoleh dari intake makanan sehari-hari, namun terkadang anak balita malas untuk makan makanan pokok mereka. Hal ini biasa terjadi jika anak Balita lebih menyukai atau lebih sering memakan snak atau camilan, sehingga akan mengurangi asupan kalsium mereka. Untuk itu, seorang ibu harus pintar memilih camilan yang kaya kalsium bagi anak balita mereka agar kebutuhan kalsium tetap terpenuhi.

Posyandu Melati I merupakan salah satu dari 3 Posyandu yang berada di Desa Borisallo Kab. Gowa. Posyandu Melati I memiliki 5 orang kader yang bertugas menjalankan tugas dan fungsi Posyandu. Pelayanan kesehatan di Posyandu meliputi 5 meja, di mana meja 1 pendaftaran, meja 2 Penimbangan, meja 3 Pencatatan hasil penimbangan, Meja 4 Penyuluhan Gizi serta meja 5 Pelayanan kesehatan, KB, Imunisasi dan pojok oralit⁸.

Pelayanan kesehatan di Meja 2 yaitu penimbangan balita dan pengukuran panjang/tinggi badan anak Balita untuk melihat perkembangan status gizi Balita. Tinggi Badan per umur merupakan indikator penilaian stunting. Jika tinggi badan/umur anak Balita kurang dari -2 SD *median growth chart* yang dibuat WHO, maka anak Balita tersebut diindikasikan menderita stunting⁹.

Hasil pengukuran tinggi badan anak Balita di Posyandu Melati I pada Bulan Maret 2023 menunjukkan masih terdapat 5 (6,3%) orang anak balita yang diindikasikan menderita stunting dari 79 anak Balita. Angka ini masih lebih tinggi dibandingkan prevalensi kejadian stunting di Kab. Gowa sebesar 3,75%¹⁰.

Tingkat pendidikan kader yang hanya berlatar belakang tamatan SMA, membuat mereka tidak dapat memberikan penyuluhan tentang stunting kepada ibu yang memiliki anak Balita secara optimal. Hal tersebut, mengakibatkan kurangnya pengetahuan ibu mengenai stunting baik dari segi definisi stunting, faktor penyebab stunting maupun cara mencegah stunting. Apalagi, mengenai makanan yang kaya kalsium yang dapat mencegah stunting.

METODE

Metode pelaksanaan program kemitraan masyarakat ini dimulai dengan

a. Perencanaan Kegiatan

1. Koordinasi dengan stakeholder terkait, yaitu Kepala Desa Borisallo yang menjadi penanggungjawab wilayah desa, tokoh masyarakat dan tokoh agama Desa Borisallo. Berkoordinasi juga dengan Puskesmas Paramgloe dan tenaga kesehatan setempat untuk menyelaraskan program kesehatan yang diselenggarakan di Desa Borisallo.
2. Mempersiapkan materi penyuluhan pembuatan camilan kaya Kalsium khususnya berupa slide dan gambar.
3. Mempersiapkan makanan tambahan kaya Kalsium untuk diberikan pada anak Balita di Desa Borisallo.

b. Pelaksanaan Kegiatan

1. Penyuluhan pembuatan camilan kaya Kalsium pada ibu yang memiliki anak Balita dilakukan secara informal di Posyandu dengan mengumpulkan ibu-ibu yang memiliki anak Balita. Penyuluhan dilakukan setelah berupa pemberian materi bagaimana cara membuat camilan kaya Kalsium dimulai dari persiapan bahan makanan seperti ikan, tepung dan lain sebagainya, hingga membuatnya menjadi camilan yang disukai anak Balita.
2. Pemberian makanan tambahan kaya Kalsium dilaksanakan di Posyandu, pada saat terdapat kegiatan Posyandu. Pada saat setelah penimbangan berat badan, anak

Balita tersebut diberikan makanan tambahan, berupa makanan yang banyak mengandung Kalsium seperti kerupuk ikan, kue yang mengandung susu dan lain sebagainya.

c. Evaluasi Kegiatan

1. Evaluasi kegiatan penyuluhan berdasarkan adanya penyuluhan pembuatan camilan kaya Kalsium pada ibu yang memiliki anak Balita
2. Evaluasi kegiatan pemberian makanan tambahan kaya Kalsium pada anak Balita berdasarkan atas terdistribusinya makanan tambaha pada anak Balita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan Pembuatan Camilan Kaya Kalsium

Kegiatan Posyandu yang dilaksanakan sebulan sekali dirangkaikan dengan kegiatan penyuluhan pembuatan camilan kaya Kalsium untuk mencegah stunting pada anak Balita, oleh tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Muslim Indonesia terdiri dari Dr. Wardiah Hamzah, SKM, M.Kes dan Nasruddin Syam, SKM, M.Kes. serta mahasiswa FKM UMI sebanyak 2 orang.

Sebelum melakukan kegiatan ini, terlebih dahulu berkoordinasi dengan Ketua Kader Posyandu Melati I Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa. Di dampingi oleh kader Posyandu, penyuluhan dilaksanakan setelah kegiatan Posyandu berakhir, pada tanggal 9 November 2023. Penyuluhan diadakan pada saat Posyandu oleh karena ibu-ibu berkumpul dan datang ke Posyandu untuk menimbang anak Balita mereka sebanyak 20 orang.

Materi penyuluhan dipersiapkan oleh Dr. Wardiah Hamzah, SKM, M.Kes dan Nasruddin Syam, SKM, M.Kes dengan melibatkan mahasiswa. Penyuluhan ini diikuti oleh Ibu yang memiliki anak Balita di Desa Pucak, Kec. Tompobulu, Kab. Maros khususnya pada petani yang aktif dalam kegiatan pertanian mulai dari penanaman benih, pembajakan sawah, pemupukan, penyemprotan hingga panen

Materi penyuluhan terdiri atas : (1) Dampak Stunting, (2) Cara mencegah stunting, dan (3) camilan yang mengandung kalsium tinggi yang dapat mencegah anak tumbuh dengan stunting.

Metode penyuluhan dilakukan dengan cara diskusi dan dialog dengan masyarakat. Karena dilakukan di Posyandu dengan membawa anak Balita mereka

**PENCEGAHAN STUNTING DENGAN CAMILAN KAYA KALSIUM
SEBAGAI MAKANAN TAMBAHAN ANAK BALITA
DI DESA BORISALLO, KEC. PARANGLOE, KAB. GOWA**

sehingga materi disampaikan dengan santai serta diskusi yang menunjukkan antusiasme ibu, meskipun dengan masih memangu anak Balita mereka.



Gambar 1. Penyuluhan pembuatan camilan kaya Kalsium untuk mencegah stunting pada anak Balita

Penyuluh (Dr. Wardiah Hamzah, SKM, M.Kes dan Nasruddin Syam, SKM, M.Kes) menyampaikan bahwa dampak dari stunting. Stunting merupakan salah satu gangguan pertumbuhan pada anak Balita akibat dari kekurangan gizi kronik. Anak yang mengalami stunting akan berdampak pada perkembangan fisik dan mental sehingga anak tersebut tidak dapat menerima pelajaran secara optimal dibandingkan dengan anak normal.

Asupan makanan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan koognitif anak Balita. Untuk itu diharapkan anak Balita di masa pertumbuhan emasnya kebutuhan akan gizi terpenuhi dengan baik sehingga stunting dapat dicegah. Asupana makanan meliputi mikronutrien dan makronutrien. Salah satu mikronutrien dalam makanan adalah kalsium. Asupan kalsium dapat membantu tulang dan gigi anak balita. Apabila kecukupan zat Kalsium dapat terpenuhi dalam tubuh anak Balita, maka tulang dan gigi dapat bertumbuh secara optimal yang dapat mencegah stuntingn pada anak Balita.

Penyuluh juga menyampaikan informasi mengenai camilan yang mengandung kalsium tinggi. Kalsium dapat diperoleh dari susu, kacang-kacangan, bayam, daun ubi, ikan teri dan lain sebagainya. Camilan merupakan makanan pendamping yang sangat disukai oleh anak Balita, sehingga untuk mencegah stunting seorang ibu dapat membuat atau memberikan camilan yang banyak mengandung kalsium, diantaranya dengan cara menilah jajanan atau cemilan yang tepat bagi anak seperti permen atau biskuit yang mengandung susu, membuat kripik bayam, camilan yang terbuat dari kacang (tenteng dan putu jawa) dan sebagainya.

Antusiasme masyarakat terlihat dari berbagai pertanyaan yang diajukan oleh ibu-ibu. Mereka menanyakan tentang asupan makanan yang tidak cukup bagi ibu hamil

yang menderita ngidam atau emesis. Penyuluh menyarankan bagi ibu hamil yang sering mengalami mual dan muntah, hendaknya berusaha menghindari penyebab dari mual dan muntah tersebut. Selain hal itu ibu hamil berusaha menjaga aspek psikologis selama hamil, seperti menghindari stres dan selalu merasa bahagia.

a. Pemberian Makanan Tambahan dan Camilan Kaya Kalsium

Setelah melakukan penyuluhan pembuatan camilan kaya Kalsium untuk mencegah stunting pada anak Balita, maka kegiatan selanjutnya yang dilakukan adalah pemberian makanan tambahan dan pemberian camilan kaya Kalsium. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 9 November 2022 dengan melibatkan mahasiswa sebanyak 2 orang.

Mahasiswa diminta untuk membantu membagikan makanan tambahan dan camilan kaya kalsium. Anak-anak sangat senang menerima makanan tersebut.

Selain itu camilan kaya kalsium diberikan berupa susu, biskuit dan permen yang telah difortifikasi dengan kalsium. Hal ini menjadi contoh bagi ibu-ibu dalam memilihkan camilan buat anak mereka.



Gambar 2. Pemberian Makanan bubur Manado, biskuit, permen dan Minuman susu coklat untuk mencegah stunting

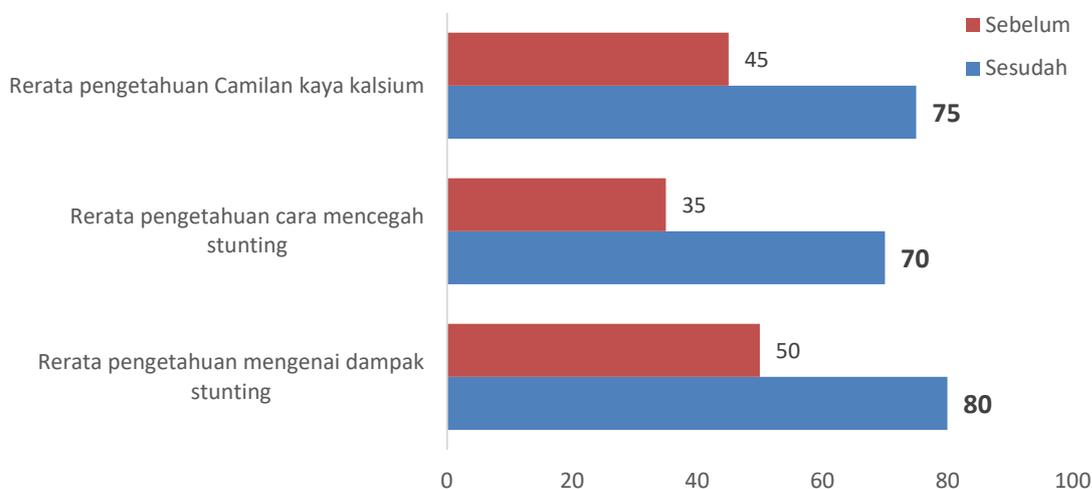
Evaluasi Kegiatan

a. Penyuluhan Pembuatan Camilan Kaya Kalsium

Evaluasi kegiatan penyuluhan pembuatan camilan kaya kalsium berdasarkan ada tidaknya pelaksanaan penyuluhan yang dinilai dengan daftar hadir peserta sebanyak 20 orang.

Sebelum melakukan penyuluhan dilakukan dahulu pengukuran pengetahuan ibu terkait dengan dampak dari stunting, cara mencegah stunting dan camilan kaya kalsium. Pengukuran pengetahuan juga dilakukan setelah selesainya penyuluhan.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak Balita mengalami peningkatan pengetahuan.



Gambar 3. Evaluasi penyuluhan pembuatan camilan kaya kalsium

b. Pemberian Makanan Tambahan dan Camilan Kaya Kalsium

Evaluasi pemberian makanan tambahan dan camilan kaya kalsium berdasarkan banyaknya anak yang mendapatkan pemberian makanan tambahan berdasarkan dokumentasi kegiatan di lapangan, yaitu sebanyak 20 anak balita

KESIMPULAN

Penyuluhan pembuatan camilan kaya kalsium yang dilakukan di Posyandu setelah kegiatan rutin Posyandu kepada 20 orang ibu. Ibu yang memiliki anak balita mengalami rerata peningkatan pengetahuan.

Pemberian makanan tambahan berupa bubur manado, makanan yang banyak mengandung kalsium. Selain itu pemberian camilan kaya kalsium berupa susu, biscuit dan permen sebagai contoh camilan yang menjadi jajanan anak Balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Ketua LPkM Universitas Muslim Indonesia yang telah memberikan bantuan dana dan juga kepada masyarakat, khususnya ibu yang mempunyai anak Balita serta kader Posyandu di Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa atas kerjasamanya

DAFTAR PUSTAKA

- Afrinis N, Besti V, Anggraini HD. Formulasi dan Karakteristik Bihun Tinggi Protein dan Kalsium dengan Penambahan Tepung Tulang Ikan Patin (*Pangasius Hypophthalmus*) Untuk Balita Stunting. *Media Kesehat Masy Indones*. 2018;14(2).
- Beal T, Tumilowicz A, Sutrisna A, Izwardy D, Neufeld LM. A review of child stunting determinants in Indonesia. Vol. 14, *Maternal and Child Nutrition*. 2018.
- Dinkes Prof. Sulawesi Selatan. *Profil Kesehatan Propinsi Sulawesi Selatan*. Makassar; 2022.
- Kementrian Kesehatan RI. Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4% [Internet]. Jakarta; 2023. Available from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280>
- Kementrian Kesehatan RI. *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021*. jakarta; 2022.
- Margawati A dkk. *Variasi Menu Balita Stunting*. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro; 2022.
- RI KDP. *Buku Saku Desa dalam Penanganan Stunting*. jakarta; 2017.
- Sintiawati N, Suherman M, Saridah I. Partisipasi Masyarakat Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu. *Lifelong Educ*. 2021;1(1).
- UNICEF; WHO; WORLD BANK. *Levels and trends in child malnutrition*. USA: UNICEF, WHO and the World Bank Group; 2021.
- Zurhayati Z, Hidayah N. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *JOMIS (Journal Midwifery Sci)*. 2022;6(1).