

Pencegahan Stunting Lembang Rindingallo, Kecamatan Rindingallo, Kabupaten Toraja Utara

Prevention of Stunting Lembang Rindingallo, Rindingallo District, North Toraja Regency

Anjelin ¹, Marson Palloan ², Monika ³, Rahma Gusmawati Tammu ⁴

¹⁻⁴ Universitas Kristen Indonesia Toraja

Korespondensi Penulis: marsonpalloan@gmail.com.

Article History:

Received: 30 Juli 2023

Revised: 30 Agustus 2023

Accepted: 30 September 2023

Keywords: *stunting, nutrition education, parenting patterns, stunting prevent.*

Abstract. *This service is an academic activity that has a definite theme and program in a condition where the activity partners are aligned with the implementation of research programs and community service. From the data obtained by researchers, the research location really needs to improve nutrition because there are still many children affected by stunting and pregnant women who suffer from chronic energy deficiency (CED) and so the research location was chosen as a Stunting Prevention center for approximately 45 days. So that the community in Lembang and the community health center implement the Happy Kitchen to Prevent Stunting. This research aims to support the community to participate and involve active participation from the community, government, health institutions and related stakeholders to achieve maximum results in preventing stunting in Lembang Rindingallo. The research subjects are the people at the research location. Data collection techniques in this research are observation, interviews and documentation. The method used in this research is providing education, providing healthy food through the Dapur Bahagia Prevent Stunting program for children who fall into the stunting group and pregnant women with KEK. One of the work programs that we implement is Stunting Prevention. Through this work program, it is hoped that with the Happy Kitchen program to prevent stunting, the needs and health of children affected by stunting and pregnant women with KEK in Lembang Rindingallo can be prevented.*

Abstrak

Pengabdian ini merupakan kegiatan akademik yang mempunyai kepastian tema dan program pada suatu kondisi mitra kegiatan yang diselenggarakan pelaksanaan program penelitian dan pengabdian kepada masyarakat. Dari data yang diperoleh peneliti dilokasi penelitian sangat memerlukan perbaikan gizi karena masih banyak anak-anak yang terkena stunting dan ibu hamil yang kurang energi kronis (KEK) serta sehingga lokasi penelitian tersebut terpilih menjadi lembang Pencegahan Stunting kurang lebih 45 hari. Sehingga masyarakat dilembang tersebut dan puskesmas melaksanakan Dapur Bahagia Cegah Stunting. Penelitian ini bertujuan mendukung masyarakat untuk ikut berpartisipasi dan melibatkan partisipasi aktif dari Masyarakat, Pemerintah, Lembaga Kesehatan, dan Pemangku kepentingan terkait untuk mencapai hasil maksimal dalam pencegahan stunting diLembang Rindingallo. Subjek penelitian adalah masyarakat yang ada dilokasi penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah memberikan edukasi, pemberian makanan sehat melalui program Dapur Bahagia Cegah Stunting untuk anak yang termasuk dalam golongan stunting dan ibu hamil KEK. Adapun salah satu program kerja yang kami laksanakan adalah Pencegahan Stunting. Melalui program kerja ini, diharapkan bahwa dengan adanya program Dapur Bahagia Cegah Stunting ini maka kebutuhan dan kesehatan terhadap anak yang terkena stunting dan ibu hamil KEK di Lembang Rindingallo dapat dicegah.

Kata kunci: *stunting, edukasi gizi, pola asuh, pencegahan stunting*

* Marson Palloan, marsonpalloan@gmail.com.

PENDAHULUAN

Tujuan pengabdian ini adalah mendukung masyarakat untuk ikut berpartisipasi dan melibatkan partisipasi aktif dari masyarakat, pemerintah, Lembaga Kesehatan, dan pemangku kepentingan terkait untuk mencapai hasil maksimal dalam upaya pencegahan stunting di Lembang Rindingallo.

Manfaat dari penelitian yang kami lakukan adalah dapat mendukung masyarakat dalam menangani pencegahan stunting di Lembang Rindingallo, dan mengajak masyarakat untuk selalu hidup dengan pola makan sehat dan mempertahankan Lembang Rindingallo sebagai Lembang Rindingallo yang selalu mengutamakan pola makan sehat itu penting, karena merupakan suatu manfaat kepada masyarakat dalam mempertahankan hidup sehat.

Melalui permasalahan yang telah kami temukan di Lembang Rindingallo, maka kami dan puskesmas Rindingallo bekerja sama untuk menyelesaikan permasalahan stunting dengan mengadakan program kerja berupa *dapur bahagia cegah stunting*, kegiatan ini untuk membuat makanan untuk ibu hamil dan dan balita yang tergolong dalam stunting dengan menggunakan bahan. Lembang Rindingallo sangat membutuhkan edukasi pola makan sehat. Maka dari itu kami melakukan observasi terkait masih kurangnya pola makan sehat khususnya untuk anak-anak yang terdampak stunting dan ibu hamil kurang energi (KEK) adalah ibu hamil yang memiliki resiko KEK yaitu yang mempunyai ukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA) di bawah 23,5 cm atau Indeks Massa Tubuh (IMT) pada pra hamil atau Trimester I (usia kehamilan ≤ 12 minggu) dibawah 18,5 kg/m² (kurus) ,oleh karena itu kami dan pra ibu-ibu kader posyandu mempersiapkan segala makanan yang sehat kepada masyarakat yang terkena stunting. Karena itu kami berharap bahwa dengan adanya program *dapur bahagia cegah stunting* ini maka kebutuhan dan kesehatan terhadap anak yang terkena stunting dan ibu hamil KEK di Lembang Rindingallo dapat dicegah.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah memberikan edukasi dan pemberian makanan sehat melalui program *dapur bahagia cegah stunting* untuk anak-anak yang termasuk dalam golongan stunting dan ibu hamil KEK Program ini dilakukan selama tiga bulan dari bulan Februari –maret 2021. Dan dilakukan pemantauan dan kemajuan berat badan setiap minggunya. Adapun pelaksanaannya dilaksanakan dalam beberapa tahap sebagai berikut:

1. Tahapan persiapan

Tahapan persiapan untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan *dapur bahagia cegah stunting* ini meliputi:

- a. Berkunjung di lokasi kegiatan *dapur bahagia cegah stunting*.
- b. Perkenalan diri dengan para kader-kader posyandu Lembang Rindingallo.
- c. Melakukan wawancara terhadap beberapa kader posyandu untuk memperoleh data dan kondisi anak-anak yang terkena stunting dan ibu hamil KEK.
- d. Pembuatan jadwal memasak bersama ibu-ibu kader posyandu di 4 dusun, untuk anak-anak stunting dan ibu hamil KEK.

2. Tahapan pelaksanaan

- a. Mitra kerja
dalam kegiatan ini mitra kerja kami adalah para kader-kader posyandu Lembang Rindingallo.
- b. Kegiatan memasak
Makanan yang dibuat akan ditakar sesuai dengan kebutuhan gizi anak dan ibu hamil.
- c. Pemberian makanan
Makanan yang telah di masak akan diberikan kepada ibu hamil KEK dan anak-anak yang terkena stunting.
- d. Wawancara
Wawancara ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana perkembangan anak-anak stunting dan ibu hamil KEK.
- e. Dokumentasi
Dokumentasi dilakukan untuk mengetahui sejauh mana perkembangan anak-anak stunting dan ibu hamil KEK dan menjadi bahan pelaporan.
- f. Pemeriksaan
Pemeriksaan di lakukan setiap minggu sekali untuk mengetahui perkembangan anak dan ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan bergizi dalam kurun waktu yang cukup lama, sehingga mengakibatkan terjadinya gangguan pertumbuhan pada anak yaitu panjang badan anak lebih rendah atau pendek dari standar usianya. Stunting pada anak berdampak pada terganggunya perkembangan otak dengan menunda perkembangan motorik dan kognitif anak sehingga

menurunkan kualitas sumber daya manusia Indonesia.

Stunting (kerdil) adalah suatu kondisi yang dialami bayi dibawah lima tahun (balita) yang memiliki panjang atau tinggi badan yang jika dibandingkan dengan usia lebih dari minus dua standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari World Health Organization (WHO). Balita pendek (severe stunting dan stunting) merupakan salah satu permasalahan gizi yang dialami oleh balita tidak hanya di Indonesia namun juga di dunia (Sari, Ardillah, & Rahmiwati, 2020). Saat ini banyak anak balita mengalami *stunting* yang dapat menurunkan system kekebalan tubuh, memperlambat pertumbuhan serta mempengaruhi proses perkembangan otak dan dapat menyebabkan berbagai penyakit dimasa depan

Selain itu stunting juga dapat berdampak pada kesehatan balita di jangkau pendek dan jangkau panjang. Terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh merupakan dampak jangka pendek yang akan dialami balita *stunting*. Sedangkan, pada jangka panjang adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan resiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan di sabilitas pada usia tua (F. P. Astuti & Purwaningsih, 2019).

Lembang Rindingallo sangat membutuhkan edukasi pola makan sehat. Maka kami melakukan observasi terkait masih kurangnya pola makan sehat khususnya untuk anak-anak yang terdampak stunting dan ibu hamil kurang energi (KEK) adalah ibu hamil yang memiliki resiko KEK yaitu yang mempunyai ukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA) di bawah 23,5 cm atau Indeks Massa Tubuh (IMT) pada pra hamil atau Trimister I (usia kehamian ≤ 12 minggu) dibawah 18,5 kg/m² (kurus) , oleh karena itu kami dan pra ibu-ibu kader posyandu mempersiapkan segala makanan yang sehat kepada masyarakat yang terkena stunting. Karena itu bahwa dengan adanya program ***dapur bahagia cegah stunting*** ini maka kebutuhan dan kesehatan terhadap anak yang terkena stunting dan ibu hamil KEK di Lembang Rindingallo dapat dicegah.

Salah satu cara yang sudah kami lakukan di Lembang Rindingallo dalam Pencegahan Stunting adalah memperbaiki makan gizi kepada anak-anak stunting dan Ibu hamil (KEK). Selain itu kami mahasiswa PKM juga memanfaatkan Dapur Bahagia Stunting, dengan memasak makanan sehat untuk stunting, seperti sayur-sayuran dan buah-buahan. Masyarakat Lembang Rindingallo juga ikut berpartisipasi dalam setiap pelaksanaan Dapur Bahagia Stunting.

Pencegahan stunting yang telah kami lakukan sangat mendapat dukungan dari masyarakat, hal itu bisa ditunjukkan dengan terlibatnya masyarakat (Ibu-Ibu Kader) dalam

program kerja kami.

Program kerja yang dilakukan mahasiswa PKMdi lembang Rindingallo adalah Pencegahan Stunting, tujuan melaksanakan program kerja tersebut adalah untuk mendukung Masyarakat untuk Mencegah Stunting yang ada di Lembang Rindingallo, dengan cara meningkatkan pengetahuan Masyarakat mengenai gizi melalui edukasi gizi atau melanjutkan Dapur Bahagia Stunting. Untuk mengurangi stunting di lembang tersebut. Dan memanfaatkan kebun sebagai kebun percontohan agar masyarakat dapat melihat serta selalu mengonsumsi sayur-sayuran dan memperbaiki pola makanan sehat.

Pencegahan stunting yang telah kami lakukan sangat mendapat dukungan dari masyarakat, hal itu bisa ditunjukkan dengan terlibatnya masyarakat (Ibu-Ibu Kader) dalam program kerja kami. Contohnya mereka meninggalkan pekerjaan rumah demi membantu kami melaksanakan dapur Bahagia cegah stunting. Dan Masyarakat Lembang Rindingallo memberikan kami lahan untuk kebun percontohan dimana kebun percontohan ini bisa dilihat dan dicontoh masyarakat untuk menanam sayur-sayuran agar dapat memanfaatkan sayur-sayuran untuk mendapatkan gizi.



Gambar 1. Kegiatan memasak untuk *dapur bahagia cegah stunting*

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, maka kesimpulan terkait Pencegahan Stunting di Lembang Rindingallo secara umum dapat disimpulkan:

1. Memenuhi kebutuhan gizi sejak hamil
2. Terus memantau tumbuh kembang anak
3. Dampingi ASI Eksklusif dengan MPASI sehat,
4. Selalu jaga kebersihan lingkungan
5. Pola asuh yang baik
6. Dapur Bahagia Cegah Stunting. Sesudah adanya dapur Bahagia cegah stunting (pencegahan stunting) Lembang Rindingallo sudah mulai ada peningkatan penurunan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Nurfatimah, Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Bernike, S., Sitorus, M., & Longgupa, L. W. (2021). Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 98-99.
- Sari, I. P., Trisnaini, I., Ardillah, Y., & Sulistiawati. (2021). Buku Saku Pencegahan Stunting sebagai Alternatif Media dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 300-301.