

Counseling and Providing Examples of Healthy Menu Innovations for Stunting Prevention in Jogomulyo Village

Farizka Hannesty¹, Fina Saputri², Ramadhan Nurul Akbar³, Muhammad Asfani Tuah⁴, Ragil Danu Saputra⁵, Rizky Pramudya Wibowo⁶, Astika Nurul Hidayah⁷

Universitas Muhammadiyah Purwokerto

 kknjogomulyo31@gmail.com

Abstract

This article reviews the Community Service Program (KKN) of Muhammadiyah University of Purwokerto in 2023, which aims to address the issue of stunting in Jogomulyo Village, Kebumen Regency, Central Java. Stunting is a serious problem that threatens the health of toddlers and has short-term and long-term economic development implications. This program involves providing education to mothers in the village about stunting, its causes, effects, and prevention methods. Additionally, the program introduces innovative healthy foods based on the concept of the "5 isi piringku" (5-plate concept) to meet the nutritional needs of children. The results of this program include an increased understanding among the community about stunting and motivation to provide balanced meals to their children. The program has received positive support from the village government and local residents. It is hoped that this program will contribute to reducing the stunting rate in Jogomulyo Village and raise awareness about the importance of good nutrition.

Keywords: *Stunting, Community Service Program (KKN), education, food innovation, stunting prevention, nutritional awareness, Jogomulyo Village, Kebumen Regency, Central Java.*

Penyuluhan dan Pemberian Contoh Inovasi Menu Sehat untuk Pencegahan Stunting Desa Jogomulyo

Abstrak

Artikel ini mengulas Program Pengabdian Masyarakat (KKN) Universitas Muhammadiyah Purwokerto pada tahun 2023, yang bertujuan untuk mengatasi masalah stunting di Desa Jogomulyo, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah. Stunting merupakan masalah serius yang mengancam kesehatan balita dan memiliki implikasi pembangunan ekonomi jangka pendek dan jangka panjang. Program ini melibatkan penyuluhan kepada ibu-ibu di desa tentang stunting, penyebabnya, dampaknya, dan metode pencegahannya. Selain itu, program ini memperkenalkan makanan sehat inovatif berdasarkan konsep "5 isi piringku" untuk memenuhi kebutuhan gizi anak-anak. Hasil dari program ini mencakup peningkatan pemahaman masyarakat tentang stunting dan motivasi untuk memberikan makanan seimbang kepada anak-anak mereka. Program ini mendapatkan dukungan positif dari pemerintah desa dan warga setempat. Diharapkan program ini akan berkontribusi dalam menurunkan angka stunting di Desa Jogomulyo dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya nutrisi yang baik

Kata kunci: Stunting, Program Pengabdian Masyarakat (KKN), edukasi, inovasi makanan, pencegahan stunting, kesadaran gizi, Desa Jogomulyo, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah.

1. Pendahuluan

1.1 Latar Belakang

Stunting merupakan permasalahan kesehatan yang ada di Masyarakat dan hal ini merupakan permasalahan yang paling banyak terjadi. Secara fisik stunting ditandai dengan tinggi badan yang rendah atau juga panjang badan anak lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya. Keadaan ini merupakan salah satu bentuk dari malnutrisi kronis pada anak balita. Anak-anak yang terkena stunting memiliki risiko morbiditas dan mortalitas yang sangat tinggi, perkembangan kognitif dan Bahasa lebih rendah, keterbatasan dalam belajar dan mengingat serta peningkatan pengeluaran Kesehatan karena biaya perawatan. Maka dari itu stunting ini selain berakibat buruk pada Kesehatan juga berakibat buruk pada perkembangan ekonomi jangka pendek dan jangka panjang. Penyebab utama stunting adalah kurangnya asupan gizi yang cukup seperti zat gizi esensial (protein, energi, vitamin, dan mineral). Faktorelainnya yaitu infeksi berulang, sanitasi yang buruk, terbatasnya akses terhadap air bersih, pola makan yang tidak seimbang, dan kurangnya pemahaman serta kesadaran tentang pentingnya gizi yang baik pada tahap awal tumbuh kembang anak (Sary, 2020).

Menurut Andoyo dkk, 2022. Konsekuensi jangka panjang dari stunting yaitu dimana anak-anak akan memiliki produktivitas yang rendah dimasa dewasa nanti dan memiliki risiko tinggi terkena penyakit kronis, seperti diabetes, penyakit jantung, dan obesitas. Dari permasalahan ini diperlukan cara penanganan untuk upaya pencegahan dan intervensi yang mencakup peningkatan akses terhadap nutrisi yang cukup, praktik pemberian makanan yang baik, sanitasi yang baik dan layanan Kesehatan yang memadai, serta adanya Pendidikan Masyarakat dan kesadaran akan pentingnya nutrisi yang baik selama perkembangan anak usia dini (Agritubella & Delvira, 2020).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan sekitar 22% atau setara dengan 149,2 juta anak di bawah usia 5 tahun masih banyak yang mengalami stunting pada tahun 2020. Selama periode 2018-2021 prevalensi stunting mengalami penurunan dari 30,8 menjadi 24,4% namun pada tahun 2024 prevalensi stunting diperkirakan akan mencapai 14%. Terdapat prevalensi stunting yang sangat bervariasi di setiap provinsi yang berkisar antara 10,9-37,8%. Menurut perwakilan Jateng Widwiono Kepala Badan Kependudukan keluarga Berencana (BKKBN) angka stunting saat ini mencapai 20,9% atau sekitar 540 ribu anak yang mengalami kondisi kerdil. Kemudian jika dilihat dari hasil survey Dinas yang dilaksanakan oleh pemerintah kabupaten kebumen angka stunting di kabupaten sebanyak 12% pada tahun 2022 dimana hal ini mengalami penurunan dari 14% turun 2% menjadi 12%. Kepala badan Badan Perencanaan Penelitian dan Pengembangan Daerah (Bappeda) kabupaten kebumen menyatakan pemerintah terus memperbaharui data penurunan stunting secara berkala.

Desa Jogomulyo merupakan desa yang terletak di kecamatan Buayan, kabupaten Kebumen, provinsi Jawa Tengah. Jarak Desa Jogomulyo menuju kecamatan Buayan yaitu 12 km, jarak menuju kabupaten adalah 35 km dengan jarak tempuh perjalanan sekitar 30 menit, sedangkan jarak menuju ke ibukota provinsi 140 km. Jumlah penduduk Desa Jogomulyo yaitu berjumlah 4.075 jiwa, terdiri dari 2.070 jiwa laki-laki, 2005 perempuan, yang tergabung dalam 1.275 KK dalam skala kepala keluarga. Sebagian besar penduduk di Desa Jogomulyo Kecamatan Buayan Kabupaten Kebumen termasuk dalam usia produktif (20-60 tahun) sebanyak 3.735 orang dengan presentase 89,84% dan selebihnya 390 orang dengan presentase 9,3% berusia 61-75 tahun serta 32 orang dengan usia lebih dari 75 tahun tergolong kelompok lanjut usia. Hal ini dapat dilihat mayoritas penduduk di Desa Jogomulyo termasuk dalam kategori penduduk produktif. bahwa Sebagian besar mata pencaharian penduduk di Desa Jogomulyo adalah buruh tani. Hal tersebut didukung dengan adanya area persawahan dan perkebunan yang dominan di desa Jogomulyo, yang masih bertumpu pada sector pertanian. Dari data diatas presentase tertinggi didapatkan pada mata pencaharian buruh tani dengan presentasi 28,65%, dan presentase tingkat terendah didapatkan pada TNI dan Tukang rias dengan presentasi 0,04%. Selain dari pekerjaan tersebut terdapat presentase 71,31% yang didapatkan dari buruh, PNS, guru swasta, dan lainnya.

Stunting merupakan suatu kasus yang saat ini menjadi masalah serius di dunia. Di desa jogomulyo sendiri memiliki kasus stunting yang cukup tinggi. Ada beberapa factor yang terdapat di desa jogomulyo yang menyebabkan kasus Stunting disana tinggi, seperti yang dijelaskan dalam sebuah penelitian, dikatakan beberapa faktor tersebut ialah faktor air dan sanitasi yang tidak layak, mencakup sumber air minum, pengolahan air yang tidak sesuai, sanitasi penggunaan fasilitas jamban, kepemilikan jamban, dan pembuangan tinja balita tidak pada jamban. Hal tersebut berhubungan dengan peningkatan kejadian stunting pada balita di Indonesia (Olo et al., 2021). Fasilitas akses air bersih dan fasilitas sanitasi di desa jogomulyo juga masih kurang memadai serta masih cukup kotor untuk di gunakan jika tidak dilakukan proses penyaringan. Faktor faktor lain yang juga mempengaruhi kejadian stunting pada anak usia dini adalah asupan energi, berat badan lahir, tingkat pendidikan ibu. Untuk masalah informasi mengenai stunting masyarakat disana cenderung tidak terlalu paham khususnya mengenai ciri ciri stunting maupun gejalanya dan jenis jenis makanan yang kandungannya baik untuk pertumbuhan dan perkembangan anak yang mengalami stunting. Dengan latar belakang mata pencaharian masyarakat yang sebagian bertani sebaiknya dapat dimanfaatkan hasil taninya untuk kebutuhan pembuatan inovasi makanan sehat sebagai program pencegahan stunting yang bisa berasal dari bahan makanan yang cukup mudah ditemukan seperti dari sayur sayuran dan buah buahan.

Penelitian lain menunjukkan bahwa faktor resiko terjadi stunting ialah akibat kurangnya nutrisi pada masa kehamilan, inisiatif untuk memberikan ASI/menyusui dini kurang dari 1 jam kelahiran maupun tidak sama sekali, berhentinya pemberian ASI 12 bulan, dan dalam pemberian makanan yang tidak bervariasi dengan frekuensi dan tekstur yang tidak sesuai dengan usia (Anggryni et al., 2021). cara pemberian makanan khususnya pada bayi yang masih mengkonsumsi MPASI (makanan pendamping asi) juga perlu di perhatikan dengan baik agar tubuh bayi dapat memproses makanan sesuai dengan kemampuan system pencernaannya. Pendidikan merupakan usaha yang terencana dengan proses pembelajaran agar peserta didik dapat mengembangkan potensi dirinya secara aktif. Umumnya ibu yang berpendidikan tinggi mempunyai pengetahuan yang lebih (Nurmalasari & Febriany, 2020). Maka dari itu tujuan dari kegiatan kami adalah untuk memberikan penyuluhan mengenai stunting, seperti bahaya, dampak, penyebab, ciri-ciri, dan cara pencegahannya serta pemberian contoh inovasi makanan sehat cegah agar bayi ataupun balita yang terindikasi stunting dapat mengalami peningkatan pada status gizi sesuai umurnya, kemudian kami juga melakukan kegiatan ini dalam upaya memberi contoh menu sehat sebagai usaha awal dari program pemerintah Desa dalam melaksanakan pemberian permakanan baduta (bayi dibawah dua tahun) per 15.000 × 10 anak selama 90 hari dengan tema B2SA.

2. Metode Pelaksanaan

2.1 Perencanaan

Langkah awal dalam kegiatan KKN ini adalah menentukan rencana program 32 hari untuk mengabdikan pada desa. Pada tahap ini penulis melakukan investigasi untuk menemukan permasalahan mitra guna mencari solusinya. Survei ini dilakukan dengan melakukan kunjungan lapangan dan wawancara langsung kepada bidan desa dan kepala desa atau perangkat desa terkait untuk mendukung program KKN.

Hasil yang kami peroleh berdasarkan survei menunjukkan bahwa desa jogomulyo memiliki angka stunting yang cukup tinggi karena masyarakat di desa ini masih kurang pengetahuan mengenai kebutuhan gizi anak sesuai dengan usianya. Namun dari segi pemberian makanan orang tua cenderung kurang bisa bervariasi jenis makanan untuk memenuhi kebutuhan 5 isi piring ku sesuai kementerian kesehatan tetapi hanya sebagian pemenuhan gizi saja yang terpenuhi, kebanyakan orang tua sering memberikan anaknya lauk yang praktis contohnya nasi dengan ayam saja tidak di variasikan dengan buah buahan dan sayuran. Hal ini menyebabkan nutrisi yang diserap oleh tubuh anak tidak seimbang sehingga mengakibatkan kekurangan gizi

2.2. Pelaksanaan dan sasaran

Metode pelaksanaan KKN 2023 Universitas Muhammadiyah Purwokerto adalah dengan memberikan penyuluhan berupa materi dan mengadakan pelatihan langsung

kepada ibu-ibu desa tersebut. Metode ini diprogram dan dijalankan sesuai jadwal yang telah ditentukan sepanjang 32 hari KKN kami. Sasaran kegiatan ini adalah Ibu-ibu Desa Jogomulyo Kecamatan Buayan Kabupaten Kebumen khususnya ibu-ibu yang mempunyai bayi dibawah 2 tahun. Tahap implementasi ini merupakan tahap pelaksanaan program kegiatan yang telah direncanakan sebelumnya.

Program kegiatan disajikan dalam bentuk penyuluhan berupa pemberian materi dan dukungan praktik langsung dari kelompok kkn 031 agar masyarakat memahami materi yang telah disampaikan sebelumnya. Kami pertama kali berlatih di posko, memperhatikan alat dan bahan. Pada percobaan kami, kami berhasil membuat inovasi makanan untuk mencegah stunting. Setelah itu kami melakukan penyampaian materi dan pendampingan praktik kepada ibu-ibu di desa Jogomulyo yang dipimpin oleh mahasiswa KKN itu sendiri. Penyuluhan ini meliputi pengenalan stunting, penyebab stunting, pencegahan stunting dengan pemilihan makanan yang bervariasi dan memiliki kandungan yang baik di dukung dengan praktik pembuatan inovasi makanan untuk mencegah terjadinya stunting.

2.3. Proses dan Teknik Penyuluhan

Tahapan proses Teknik penyuluhan inovasi makanan untuk mencegah stunting dilakukan di minggu ketiga KKN. Dimana program kegiatan ini dilakukan di aula Balaidesa Jogomulyo dengan mengumpulkan warga yang teridentifikasi anaknya mengalami Stunting dengan sasaran anak dibawah umur dua tahun, setelah dikumpulkan kami memberikan penyuluhan dengan memberikan pengetahuan lebih lanjut tentang apa itu stunting, permasalahan-permasalahan yang berkaitan dengan stunting, dan cara penanganan/pencegahan stunting, serta memberikan contoh inovasi makanan untuk cegah stunting. Pada bagian pemberian contoh inovasi makanan untuk cegah stunting diawali dengan pemberian makanan dengan konsep 5 isi piringku dimana mencakup pemenuhan kebutuhan gizi yang bisa didapatkan dilingkungan sekitar seperti sayur-sayuran, buah-buahan, ikan, dan daging, serta kacang-kacangan. Dari bahan makanan tersebut kemudian kami inovasikan menjadi makanan untuk cegah stunting dimana dengan mengolahnya menjadi makanan yang layak untuk dimakan anak dengan umur dibawah dua tahun (baduta). Untuk contoh pemberian makanan yang kami berikan langsung sebagai contoh bagi anak usia dibawah 1 tahun sesuai dengan 5 isi piringku diolah menjadi MPASI dengan tekstur yang disesuaikan dengan umur dimana umur 8 bulan tekstur yang lembut dengan perbandingan 75% disaring dan 25% tekstur kasar dan umur 9 bulan dengan tekstur yang lembut namun mulai diberikan komponen makanan yang padat, sedangkan umur lebih dari 1 tahun cenderung lebih padat karena anak sudah bisa memulai mencerna makanan dengan tekstur yang kasar/padat.

2.4. Keterlibatan dan Peran Tim

Adapun Jumlah masyarakat yang ikut serta dalam kegiatan kami sebanyak 20 orang yang bertempat di Balai desa Jogomulyo dan kami juga mempraktekkannya bersama masyarakat. Kami berharap setelah kegiatan ini masyarakat akan menerapkan apa yang telah disampaikan dan di praktikkan.

3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan KKN Tahun 2023 Universitas Muhammadiyah Purwokerto kegiatan ini merupakan kegiatan program kerja untuk memberikan inovasi makanan untuk cegah stunting dari kami tim posko 031 Jogomulyo yang bertujuan untuk mengurangi angka stunting yang ada di desa yang dilaksanakan pada tanggal 16 Agustus 2023 di Aula Balai Desa Jogomulyo, kegiatan yang telah dilaksanakan yaitu inovasi makanan untuk cegah stunting dengan konsep 5 isi piringku yang dimana konsep tersebut mencakup pemenuhan kebutuhan gizi yang bisa didapatkan dilingkungan sekitar seperti sayur-sayuran, buah-buahan, ikan, dan daging serta kacang-kacangan. Kegiatan yang telah dilaksanakan berupa penyuluhan. Sebelum dilakukannya kegiatan penyuluhan, kami berdiskusi terlebih dahulu bersama Kepala Desa, Sekertaris Desa, dan Bidan Desa. Setelah mengetahui permasalahan yang ada di desa yaitu diketahui bahwa terdapat anak-anak yang teridentifikasi stunting berjumlah 12 anak dimana rata-rata anak tersebut berumur dibawah usia 2 tahun. Maka dari itu kelompok KKN kami melakukan percobaan di posko dengan membuat berbagai

macam menu makanan, yang kami inovasikan dengan berbagai macam bentuk dengan tekstur yang berbeda-beda (MPASI) dan makanan yang bermacam-macam variasinya misalnya pada anak usia 8-9 bulan diberikan contoh makanan dengan tekstur MPASI yang telah ditentukan WHO.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan

Selanjutnya dalam penyuluhan ini pada tahap awal kami Tim KKN memberikan pengetahuan dasar tentang stunting pada tamu undangan kemudian dilanjutkan dengan pemberian tips-tips contoh makanan yang seimbang dan bergizi, kemudian dilanjutkan pemberian demonstrasi resep sederhana yang mudah dan praktis dan dapat menarik perhatian si anak agar mau mengkonsumsi makanan tersebut. Selanjutnya Tim kami juga mengajak Masyarakat untuk budidaya sayur mayur dan tanaman toga sebagai Upaya pencegahan stunting di Desa Jogomulyo.



Gambar 2. Pembuatan inovasi makanan

Dari hasil penyuluhan yang telah kami laksanakan, Masyarakat mampu memahami tentang stunting dan cara pencegahannya. Dengan adanya pemberian penyuluhan inovasi makanan ini Masyarakat termotivasi untuk memberikan makanan pada anaknya dengan menggunakan konsep 5 isi piringku. Dengan dilakukan penyuluhan “Inovasi Makanan Cegah Stunting” kelompok KKN 031 JOGOMULYO UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO 2023 mendapatkan apresiasi dari kepala desa, perangkat desa dan bidan desa dan sekaligus diberi dukungan positif saat melakukan kegiatan begitu dengan Masyarakat yang antusias dalam mengikuti kegiatannya. Diharapkan dengan dilaksanakannya kegiatan ini bermanfaat dalam pencegahan stunting yang ada di Desa Jogomulyo.

4. Kesimpulan

Tujuan dari penyuluhan ini yaitu untuk memberikan informasi mengenai stunting, seperti bahaya, dampak, penyebab, ciri-ciri, dan cara pencegahannya. Sedangkan tujuan pemberian inovasi makanan sehat cegah stunting adalah untuk meningkatkan status gizi

anak serta untuk mencukupi kebutuhan zat gizi anak agar tercapainya status gizi dan kondisi gizi yang baik sesuai dengan umur anak tersebut.

Dengan adanya kegiatan penyuluhan dan pemberian inovasi makanan sehat cegah stunting ini diharapkan bayi ataupun balita yang terindikasi stunting dapat mengalami peningkatan pada status gizi sesuai umurnya, kemudian kami juga melakukan kegiatan ini dalam upaya memberi contoh menu sehat untuk mengembangkan program pemerintah Desa dalam melaksanakan pemberian permakanaan baduta (bayi dibawah dua tahun) per 15.000 × 10 anak selama 90 hari dengan tema B2SA.

Ucapan Terima Kasih

Puji syukur kepada Allah SWT yang senantiasa kami panjatkan atas rahmat dan segala hidayah-Nya kami dapat menyelesaikan program pengabdian masyarakat ini. Dalam kegiatannya, kami mendapatkan banyak dukungan dari berbagai pihak yang telah bersedia menyumbangkan pikiran, waktu, tenaga, dan sebagainya. Oleh karena itu, pada kesempatan yang baik ini kami mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak terkait :

- 1) Universitas Muhammadiyah Purwokerto
- 2) LPPM Universitas Muhammadiyah Purwokerto
- 3) Dosen Koordinator Lapangan Universitas Muhammadiyah Purwokerto
- 4) Dosen Pembimbing Lapangan Universitas Muhammadiyah Purwokerto
- 5) Kepala Desa beserta seluruh aparaturnya Desa Jogomulyo, Kecamatan Buayan, Kabupaten Kebumen
- 6) Masyarakat Desa Jogomulyo, Kecamatan Buayan, Kabupaten Kebumen

Semoga semua amal dan kebaikan yang diberikan kepada kami akan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Aamiin.

Referensi

- [1] Sukmawati, E., Marzuki, K., Batubara, A., Harahap, N. A., Efendi, E., & Weraman, P. (2023). The Effectiveness of Early Childhood Nutrition Health Education on Reducing the Incidence of Stunting. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4002-4012.
- [2] Gusnedi, G., Nindrea, R. D., Purnakarya, I., Umar, H. B., Susilowati, A., & Lipoeto, N. I. (2023). Risk factors associated with childhood stunting in Indonesia: A systematic review and meta-analysis. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 32(2), 184-195.
- [3] Dian (2023). *Hasil Survei Dinas, Penurunan Stunting di Kebumen Turun Menjadi 12%*. Adilah, R., Maziaturrahmah, M., Hana, N., Widiya, R., Nurjannah, M., & Azhari, M. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Balita Usia 0-59 Bulan di Desa Sei Tuan. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(2), 2079-2083.
- [4] Jatengprov.go.id (19 mei 2023). *Jateng Optimistis Capai Target Angka Stunting 14 Persen pada 2023*.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)