

Meningkatkan Kesadaran Gizi Dan Kesehatan Anak Dalam Mengatasi Permasalahan Stunting

Bagas Fauzi Abdulah¹, Fadhl Nabilah Hanifah², Alfian Habibi³, Anggita Novi Rahmadani⁴, Okta Agung Prasetyo⁵, Nabila Puspita⁶, Belinda Merlansyah Suendi⁷, Afrian Anugrah⁸, Halim Purnomo^{*9}

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Geblagan, Tamantirto, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55183

Email: halimpurnomo@umy.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.18196/ppm.61.1210>

Abstrak

Program pengabdian kepada masyarakat ini merupakan upaya aktif dan langsung untuk mengatasi masalah tingginya angka stunting pada anak-anak di Desa Grinting, Kecamatan Bulakamba, Kabupaten Brebes, Jawa Tengah. Desa Grinting menempati peringkat kedua tertinggi dalam angka stunting di Kabupaten Brebes. Program ini bertujuan untuk menyampaikan pemahaman tentang dampak, pencegahan, dan pemberian makanan tambahan dalam mencegah stunting. Metode yang digunakan adalah dengan kegiatan sosialisasi mengenai stunting dan praktik pembuatan puding daun kelor sebagai makanan tambahan untuk anak-anak. Daun kelor dipilih karena ketersediaannya yang melimpah di Desa Grinting dan kandungan gizinya yang baik untuk pencegahan stunting. Harapannya, program ini dapat berkontribusi dalam mengurangi angka stunting di desa tersebut dan menjadi solusi efektif untuk pemberian makanan tambahan yang bergizi. Pelaksanaan program ini mendapat dukungan positif dari kepala desa dan masyarakat setempat. Meskipun mahasiswa menghadapi beberapa kendala di lapangan, hal ini menjadi pengalaman berharga dalam mengembangkan kemampuan sosial mereka. Program pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan manfaat nyata dalam penanggulangan masalah stunting dan pemenuhan gizi anak-anak di Desa Grinting.

Kata Kunci: Pengabdian, Masyarakat, Stunting, Daun Kelor

Pendahuluan

Desa Grinting di Kabupaten Brebes memiliki ciri khas yang unik, yaitu kekompakan dan kerukunan warganya, meskipun terdiri dari berbagai blok atau paguyuban dengan latar belakang yang beragam. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor budaya dan seni. Budaya dapat diartikan sebagai segala hal yang terkait dengan pemikiran dan akal budi manusia, sementara seni adalah ekspresi dari budaya suatu daerah yang berfungsi sebagai sarana komunikasi manusia, memberikan nilai pendidikan, serta menciptakan nilai sosial yang positif, termasuk toleransi dan persatuan antarindividu. Desa Grinting memiliki beragam kebudayaan dan seni tradisional yang masih dilestarikan hingga saat ini, seperti Sedekah Bumi, Sedekah Laut, Barikan, Kuda Lumping, Ngurit atau Kidung, dan Terbang Srakalan. Keberagaman ini adalah aset berharga yang perlu dijaga dan dipromosikan sebagai bagian dari kekayaan budaya dan potensi pariwisata Desa Grinting.

Namun, salah satu permasalahan yang mendesak di Desa Grinting adalah tingginya angka stunting pada anak-anak, di mana desa ini menduduki peringkat kedua tertinggi dalam kasus stunting di Kabupaten Brebes (D. S. Widiyanti et al., 2021). Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan tinggi badan yang berada di bawah standar (Arda Eriyaha, 2023). Stunting dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti ketidakseimbangan asupan nutrisi (Hendra & Supriyadi, n.d.), kurangnya pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi, keterbatasan layanan kesehatan, kurangnya ketersediaan makanan bergizi, serta akses yang terbatas terhadap air bersih dan sanitasi (Mutia, 2022).

Untuk mengatasi masalah stunting, sebenarnya Desa Grinting memiliki potensi yang sangat tinggi dalam pemenuhan gizi, seperti olahan ikan bandeng dan daun kelor. Kelor dapat dengan mudah ditemukan dan memulihkan malnutrisi pada anak-anak dengan biaya yang terjangkau (Hamzah & Y. N, 2019). Meskipun demikian, masyarakat umumnya hanya menggunakan kelor sebagai pelengkap dalam masakan sehari-hari, dengan proses yang sederhana seperti direbus atau ditumis sebagai sayur. Purba (2020) mencatat bahwa meskipun kelor memiliki manfaat yang sangat besar, masih banyak masyarakat di Indonesia yang belum memanfaatkannya (A. Syafei & L. Badriyah,

2019). Oleh karena itu di butuhkan pelatihan dalam mengolah makanan tambahan dari bahan baku yang tersedia di desa ini, sehingga dapat menjadi langkah yang efektif dalam mengatasi masalah stunting. Selain itu, kerjasama dari pemerintah, organisasi desa, perusahaan, dan masyarakat juga sangat penting untuk mendukung upaya mengurangi angka stunting dan memastikan anak-anak mendapatkan gizi yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal mereka.

Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Grinting, Kecamatan Bulakamba, Kabupaten Brebes, Jawa Tengah menggunakan berbagai metode berikut:

a. Penyuluhan atau Sosialisasi

Sosialisasi ini dilakukan dengan tujuan untuk mendukung pencegahan dampak dan resiko stunting pada anak. Sasaran sosialisasi stunting dan tumbuh kembang anak adalah orang tua yang memiliki balita dalam keluarganya sehingga diharapkan setelah pelaksanaan sosialisasi ini dapat menambah pengetahuan para orang tua mengenai stunting dan tumbuh kembang anak. Sosialisasi ini dihadiri oleh 14 perwakilan dari posyandu, dengan tujuan agar perwakilan tersebut menyampaikan dan memberikan pemahaman kepada anggota dari posyandu mereka masing-masing. Selain itu dalam sosialisasi stunting ini diberikan pemahaman tentang cara pembuatan makanan yang baik untuk mengatasi stunting.

b. Praktik Pembuatan puding kelor

Pada pembuatan puding kelor ini yang biasanya sering sekali berbau daun karena menggunakan daur kelor, tetapi sosialisasi ini memberi penjelasan tentang bagaimana daun kelor tidak berbau saat dijadikan makanan. Selain itu, kami juga memberikan puding daun kelor yang sudah jadi atau sudah dibuat sebelumnya sebagai sampel bahwa pembuatan puding ini tidak berbau daun (langu). Cara lain yang dilakukan adalah membuat brosur tentang langkah-langkah serta bahan yang dilakukan untuk membuat puding daun kelor. Brosur tersebut dibagikan oleh tim pengabdian kepada ibu-ibu perwakilan dari posyandu untuk kemudian di bagikan kepada anggota posyandu lainnya saat mengadakan perkumpulan.

Hasil dan Pembahasan

Program pertama yang di lakukan di Desa Grinting yaitu sosialisasi stunting yang bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada ibu-ibu mengenai bahaya stunting serta upaya yang dilakukan untuk pencegahannya. Penting bagi ibu untuk memahami sejauh mana nilai gizi yang terkandung dalam makanan yang diberikan kepada balitanya (D. S. Widiyanti et al., 2021). Ibu memiliki kemampuan untuk memberikan jenis dan jumlah makanan yang sesuai guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak jika memiliki pengetahuan gizi yang memadai (Susanti, 2022). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemberdayaan perempuan, khususnya dalam hal literasi, memiliki peran yang krusial dalam mengurangi kekurangan gizi pada anak (I. Hasanuddin & et. al, 2022). Literasi gizi, yang mencakup kemampuan mencari, menyerap, dan memahami informasi tentang gizi, menjadi faktor penting dalam hal ini (Syafei, dkk. 2019). Ketika informasi kesehatan yang dikuasai oleh ibu adalah akurat, maka akan menjadi motivasi untuk mengimplementasikannya (Hasanuddin, 2022). Oleh karena itu, literasi gizi yang mencakup pemahaman tentang makanan yang baik untuk mencegah stunting menjadi sangat penting bagi ibu untuk diterapkan pada anak balitanya. Pemberian makanan tambahan, seperti jajanan sehat, juga merupakan salah satu langkah untuk memenuhi kebutuhan gizi anak (T. Siswati et al., 2021).



Gambar 1. Sosialisasi stunting dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT)

Selanjutnya juga diberikan penyuluhan mengenai manfaat dan kandungan daun kelor diberikan kepada ibu-ibu melalui leaflet yang dibagikan. Selain menggunakan leaflet, penyuluhan juga disampaikan secara lisan melalui diskusi dan sesi tanya jawab. Leaflet yang disediakan berisi informasi tentang manfaat dan kandungan daun kelor serta panduan pembuatan pudding daun kelor. Berikut gambar leaflet yang digunakan sebagai media edukasi bagi ibu-ibu.



Gambar 2. Leaflet edukasi stunting dan resep puding kelor

Tahap selanjutnya adalah pengenalan cara membuat pudding daun kelor. Proses pembuatan pudding daun kelor dimulai dengan persiapan bahan dan alat. Bahan-bahan yang digunakan meliputi daun kelor segar, daun pandan, bubuk agar-agar plain, air, dan santan. Sedangkan alat yang dibutuhkan mencakup blender, panci, pengaduk, cup pudding, saringan, dan kompor. Proses pembuatan pudding daun kelor dimulai dengan mencuci bersih daun kelor dan merebusnya. Setelah direbus, daun kelor dipisahkan dari air rebusan. Selanjutnya, daun kelor yang telah direbus dicampurkan dengan 200 mL air dan dihaluskan menggunakan blender, kemudian disaring.



Gambar 3. Proses Pembuatan Puding Kelor

Beberapa faktor keberhasilan dari program kerja ini yaitu antusias masyarakat dalam membantu memberikan bahan baku yaitu daun kelor untuk membuat puding. Bantuan lain yang didapatkan dari kepala Desa yang sudah memfasilitasi tempat dan lain lain. Peran ibu kepala Desa yang bersedia membantu menginformasikan program sosialisasi kepada seluruh ibu-ibu posyandu Desa Grinting. Antusiasme ibu-ibu posyandu sebanyak 80% karena kegiatan sosialisasi ini, walaupun tidak dibersamai dengan kegiatan pertemuan rutin posyandu. Hal ini menunjukkan bahwa ketertarikan posyandu dengan inovasi baru pengolahan daun kelor sebagai makanan tambahan seperti puding.

Simpulan

Program pengabdian masyarakat adalah suatu inisiatif atau kegiatan yang dilakukan oleh individu atau kelompok, seringkali melibatkan mahasiswa, akademisi, atau pihak-pihak lain yang memiliki pengetahuan atau keahlian tertentu, dengan tujuan untuk memberikan kontribusi positif kepada masyarakat atau komunitas tertentu. Program ini bertujuan untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi masyarakat, meningkatkan kualitas hidup mereka, dan memberikan manfaat nyata. Program pengabdian masyarakat di Desa Grinting, Kabupaten Brebes, Jawa Tengah, fokus pada masalah stunting, yang menjadi perhatian serius karena Desa ini menempati peringkat kedua dalam kasus stunting di Kabupaten Brebes.

Stunting, yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak dengan tinggi badan atau panjang badan di bawah standar. Faktor-faktor seperti sanitasi yang kurang memadai, lingkungan yang kurang bersih, minimnya edukasi tentang gizi, dan kurangnya pemahaman pola asuh orang tua, semuanya berkontribusi terhadap masalah stunting di Desa Grinting.

Upaya penanggulangan stunting dilakukan melalui metode sosialisasi kepada orang tua yang memiliki balita, dengan tujuan meningkatkan pemahaman mereka tentang stunting dan perkembangan anak. Selain itu, pembuatan puding daun kelor juga diintegrasikan dalam program ini sebagai makanan tambahan yang dapat membantu mencegah stunting. Program ini berhasil mendapatkan dukungan dan partisipasi aktif dari masyarakat, termasuk kontribusi bahan baku daun kelor, fasilitas dari kepala Desa, dan antusiasme ibu-ibu posyandu.

Melalui program ini, diharapkan penduduk Desa Grinting dapat lebih sadar akan masalah stunting dan mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mengatasinya. Selain itu, produksi puding daun kelor juga memiliki potensi untuk menjadi produk bagi usaha mikro, kecil, dan menengah (UMKM) yang dapat memberikan manfaat ekonomi bagi Desa.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih yang tulus kepada Universitas Muhammadiyah Yogyakarta melalui Lembaga Pemberdayaan Masyarakat. Dukungan materi dan imateri yang diberikan sangat berarti bagi kesuksesan program kami di Desa Grinting. Semoga kerjasama ini dapat terus berlanjut dan

memberikan manfaat yang besar bagi masyarakat dan perkembangan ilmu pengetahuan. Terima kasih atas kontribusi dan dukungannya yang berharga.

Daftar Pustaka

- A. Syafei, & L. Badriyah. (2019). *iterasi Gizi (Nutrition Literacy) dan Hubungannya dengan Asupan Makan dan Status Gizi Remaja*.
- Arda Eriyahma. (2023). *UPAYA PEMANFAATAN DAUN KELOR: PUDDING DAUN KELOR UNTUK MENCEGAH STUNTING*.
- D. S. Widiyanti, R. Fauzi, & A. Afarona. (2021). *enanggulangan Masalah Stunting Balita Melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Puding Kelor Di Desa Kutogirang*.
- Hamzah, H., & Y. N. (2019). *Analisis Kandungan Zat Besi (Fe) Pada Daun Kelor (Moringa Oleifera Lam.) Yang Tumbuh dengan Ketinggian Berbeda di Daerah Kota Baubau*.
- Hendra, & Supriyadi, A. (n.d.). *MEMPERHATIKAN KARAKTERISTIK BUDAYA DALAM FENOMENA KEHIDUPAN BERMASYARAKAT*.
- I. Hasanuddin, & et. al. (2022). *dukasi Tentang Pemanfaatan Daun Kelor (Moringa Oleifera) Guna Pencegahan Stunting Di Desa Cenrana Kec Panca Lautang*.
- Mutia, A. (2022). *Prevalensi Stunting Balita Indonesia Tertinggi ke-2 di Asia Tenggara*.
- Purba, E. C. (2020). *Kelor (Moringa oleifera Lam.): Panfaatan Dan Bioaktivitas*.
- Susanti, D. F. (2022). *Mengenal Apa Itu Stunting ... KEMENTERIAN KESEHATAN DIREKTORAT JENDELA PELAYANAN KESEHATAN*.
- T. Siswati, , and, H. E. Widyawati, S. Khoirunissa, & H. S. Kasjono. (2021). *Literasi Stunting pada Masa Pandemi Covid-19 untuk Ibu Balita dan Kader Posyandu Desa Umbulrejo Kapanewon Ponjong Kabupaten Gunung Kidul*.
- A. Syafei, & L. Badriyah. (2019). *iterasi Gizi (Nutrition Literacy) dan Hubungannya dengan Asupan Makan dan Status Gizi Remaja*.
- Arda Eriyahma. (2023). *UPAYA PEMANFAATAN DAUN KELOR: PUDDING DAUN KELOR UNTUK MENCEGAH STUNTING*.
- D. S. Widiyanti, R. Fauzi, & A. Afarona. (2021). *enanggulangan Masalah Stunting Balita Melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Puding Kelor Di Desa Kutogirang*.
- Hamzah, H., & Y. N. (2019). *Analisis Kandungan Zat Besi (Fe) Pada Daun Kelor (Moringa Oleifera Lam.) Yang Tumbuh dengan Ketinggian Berbeda di Daerah Kota Baubau*.
- Hendra, & Supriyadi, A. (n.d.). *MEMPERHATIKAN KARAKTERISTIK BUDAYA DALAM FENOMENA KEHIDUPAN BERMASYARAKAT*.
- I. Hasanuddin, & et. al. (2022). *dukasi Tentang Pemanfaatan Daun Kelor (Moringa Oleifera) Guna Pencegahan Stunting Di Desa Cenrana Kec Panca Lautang*.
- Mutia, A. (2022). *Prevalensi Stunting Balita Indonesia Tertinggi ke-2 di Asia Tenggara*.
- Purba, E. C. (2020). *Kelor (Moringa oleifera Lam.): Panfaatan Dan Bioaktivitas*.
- Susanti, D. F. (2022). *Mengenal Apa Itu Stunting ... KEMENTERIAN KESEHATAN DIREKTORAT JENDELA PELAYANAN KESEHATAN*.
- T. Siswati, , and, H. E. Widyawati, S. Khoirunissa, & H. S. Kasjono. (2021). *Literasi Stunting pada Masa Pandemi Covid-19 untuk Ibu Balita dan Kader Posyandu Desa Umbulrejo Kapanewon Ponjong Kabupaten Gunung Kidul*.