

EDUKASI POLA PANGAN HARAPAN BAGI KELUARGA UNTUK MENURUNKAN KASUS BALITA STUNTING DI IBU IBU PKK KECAMATAN GUNUNG SUGIH, KABUPATEN LAMPUNG TENGAH

Khairun Nisa Berawi*, Roro RWP, Nisa Karimah, Dewi Nur Fiana

*Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Bandar Lampung
Jl. Prof. Sumantri Brojonegoro No.1 Bandar Lampung 35145
Penulis Korespondensi : khairun,nisa@fk.unila.ac.id*

Abstrak

Stunting merupakan suatu kondisi malnutrisi kronis adalah proses yang disebabkan oleh asupan makanan yang tidak memadai dan infeksi selama periode yang dimulai dalam rahim dan dua tahun pertama kehidupan anak atau dikenal sebagai "1000 hari pertama kehidupan" dan disebut juga sebagai periode emas untuk mencegah kekurangan gizi. Periode dua tahun pertama kehidupan dianggap sebagai masa kritis, karena pertumbuhan dan perkembangan terjadi sangat cepat selama periode ini. Kekurangan nutrisi (malnutrisi) selama periode ini dapat menyebabkan gangguan permanen termasuk stunting yang sulit untuk dipulihkan, bahkan jika kebutuhan nutrisi bisa terpenuhi. Sehingga perlu dibangun model nutrisi seimbang yang tepat dan sesuai dengan kondisi kearifan lokal dan bahan lokal wilayah untuk asupan pangan keluarga dalam manajemen bahkan mencegah masalah kurang gizi khususnya stunting pada anak balita. Peningkatan perilaku dari ibu yang berperan penting dalam pengelolaan gizi keluarga dengan adanya pengetahuan yang baik, diharapkan akan meningkatkan perbaikan manajemen gizi keluarga termasuk pada saat hamil dan pada bayi dan balita sehingga membantu menurunkan kasus balita stunting. Kegiatan dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai pola pangan harapan bagi keluarga dengan sasaran ibu-ibu PKK Kecamatan Gunung Sugih, Lampung Tengah. Hasil kegiatan didapatkan peningkatan pengetahuan yang diharapkan membangun pola makanan sehat keluarga dari para ibu-ibu PKK yang diharapkan menjadi role model di lingkungan masyarakat, didapatkan peningkatan rerata nilai peserta dari yang sebelumnya 52 menjadi 70 dari 52 peserta dan diharapkan akan meningkatkan perbaikan perilaku ini dalam mengelola gizi keluarga khususnya pada 1000 hari pertama kehidupan.

Kata kunci: edukasi, pola pangan harapan, balita stunting, 1000 hari pertama kehidupan

1. Pendahuluan

Berdasarkan data Riset kesehatan dasar pada tahun 2018 didapatkan 14 provinsi di Indonesia yang tergolong masalah *stunting* berat (prevalensinya 30-39%) dan 15 provinsi dengan kategori *stunting* serius ($\geq 40\%$). Provinsi Lampung menjadi penyumbang angka *stunting* yang cukup besar dengan prevalensi mencapai 42,64% yang masuk ke dalam kategori masalah kesehatan masyarakat karena prevalensi lebih dari 20% (WHO, 2010; Riskesdas, 2013; Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2016). Prevalensi kasus *stunting* tertinggi berada di Kabupaten Lampung Tengah. Data Riskesdas tahun 2018, menemukan kasus *stunting* di Indonesia menurun dari 37,3% pada tahun 2013 menjadi 30,8 pada riset tahun 2018 (Dinkes Lampung Tengah, 2018).

Stunting merupakan suatu kondisi malnutrisi kronis adalah proses yang disebabkan oleh asupan

makanan yang tidak memadai dan infeksi selama periode yang dimulai dalam rahim dan melalui dua tahun pertama kehidupan anak atau dikenal sebagai "1000 hari pertama kehidupan" dan diketahui sebagai periode emas untuk mencegah terjadinya kekurangan gizi (WHO, 2018, Victora, CG *et al*, 2010; Ruel, MT, 2013). Periode dua tahun pertama kehidupan dianggap sebagai masa kritis, karena pertumbuhan dan perkembangan terjadi sangat cepat selama periode ini. Kekurangan nutrisi selama periode ini dapat menyebabkan malnutrisi kronis yang menyebabkan gangguan permanen termasuk stunting yang sulit untuk dipulihkan, bahkan jika kebutuhan nutrisi bisa terpenuhi sehingga perlu dibentuk model nutrisi seimbang yang tepat untuk manajemen kasus stunting pada balita yang diharapkan membantu menurunkan kondisi stunting dan imbasnya di

masa depan (Black, RE, *et al.*, 2008, Ikeda, N, *et al.* 2017).

Berbagai faktor mempengaruhi malnutrisi pada kasus stunting, termasuk defisiensi mikronutrien, penurunan konsumsi makanan sumber hewani, dan faktor sosial yang mempengaruhi produksi mata pencaharian dan daya beli rendah atau pendapatan yang kurang bisa menjadi faktor perlambatan penanganan stunting di pedesaan dibanding perkotaan. Peningkatan pengetahuan ibu mengenai nutrisi 1000 hari pengetahuan diharapkan dapat meningkatkan pemahaman ibu dalam memenuhi gizi keluarga dengan menyesuaikan kondisi sosio ekonomi keluarga maupun kearifan lokal sehingga membangun satu bentuk asupan gizi seimbang yang rasional bagi keluarganya. Daerah target pengabdian yaitu wilayah kerja Puskesmas Gunung Sugih merupakan daerah agraris, sehingga peningkatan pengetahuan sumber gizi dari hewani yang merupakan asupan potensial menurunkan kasus stunting dapat dimulai dengan menilik kearifan lokal masyarakat ditingkat keluarga. Memelihara hewan, seperti unggas dan ternak, telah terbukti memiliki dampak positif pada status gizi, serta berkontribusi secara signifikan terhadap pendapatan dan pengeluaran rumah tangga khususnya di daerah pedesaan. Nutrisi, seperti vitamin A, seng dan zat besi, ditemukan pada unggas, daging dan makanan sumber hewani lainnya sangat penting untuk mencapai pertumbuhan optimal. Penelitian telah menunjukkan bahwa konsumsi makanan sumber hewani merupakan prediksi pertumbuhan positif anak, khususnya tinggi dan berat badan (Arridiyah FO, 2015, Astari LD, 2005, Kavle, JA *et al.*, 2015).

Kondisi *stunting* merupakan permasalahan gizi kronis yang dikarenakan oleh faktor yang multidimensi. UNICEF (1997) telah mengembangkan kerangka konsep sebagai salah satu strategi dalam menanggulangi permasalahan gizi yang menunjukkan bahwa permasalahan gizi, ketidakmampuan, dan kematian anak disebabkan oleh penyebab langsung (*immediate cause*), penyebab yang mendasari (*underlying cause*) dan penyebab dasar (*basic cause*). Tingkat pengetahuan ibu didapatkan membawa peran penting dalam semua penyebab ini. (UNICEF, 2012).

Pengetahuan ibu terhadap gizi merupakan aspek kognitif yang menunjukkan pemahaman seseorang tentang ilmu gizi, jenis zat gizi, serta

interaksinya terhadap status gizi. Pengetahuan ibu terhadap gizi merupakan landasan yang penting dalam menentukan pola konsumsi makanan. Tingkat pengetahuan gizi ibu berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya (Makoka, Masibo, 2015).

Peran ibu yang penting dalam pengaturan gizi keluarga diharapkan akan membantu dalam menurunkan kasus stunting. Tim pengabdian masyarakat berharap output hasil kegiatan dalam upaya peningkatan pengetahuan yang diharapkan membangun pola makanan sehat keluarga khususnya pada 1000 hari pertama kehidupan dari para ibu ibu PKK Kecamatan Gunung Sugih. Para peserta diharapkan akan mampu menjadi role model pola makanan sehat keluarga 1000 hari pertama di lingkungan masyarakat dimana mereka berada.

2. Bahan dan Metoda

Kegiatan dilakukan dengan menggunakan poster, pamflet, OHP, LCD, alat ukur tinggi badan dan timbangan, kuisioner. Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan persiapan proposal dan anggaran biaya, biaya rapat sosialisasi, kunjungan tim untuk mengurus perijinan dan pra survey ke lapangan untuk menyusun rencana kegiatan. Dinas kesehatan, Badan Kesatuan bangsa dan politik, untuk mengurus ijin pelaksanaan kegiatan termasuk pengurus PKK dan aparat desa Desa Buyut Udik.

Kabupaten Lampung Tengah, berdasarkan hasil survey memiliki angka prevalensi yang masih cukup tinggi berdasarkan hasil pemantauan status gizi (PSG) Balita kabupaten Lampung Tengah adalah kabupaten dengan kejadian *stunting* paling tinggi di Provinsi Lampung yaitu 52,7% (Profil Kesehatan Provinsi Lampung, 2015).

3. Hasil dan Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) oleh tim PKM yang diketuai oleh Dr. dr. Khairun Nisa, M.Kes, AIFO pada ibu ibu PKK Kecamatan Gunung Sugih yang bekerjasama dengan Puskesmas Gunung Sugih berjalan dalam bentuk penyuluhan dan edukasi pola pangan harapan bagi keluarga, dilaksanakan selama satu hari pada hari Senin, 16 September

2019 dari pukul 08.00-14.00 WIB. Survey pendahuluan ke Dinas Kesehatan, Badan Kesatuan Bangsa dan Politik, membantu untuk berjalannya kegiatan ini dengan aman dan diikuti dengan peserta yang cukup banyak. Kegiatan diikuti juga dengan bidan desa, aparatur dan peserta dari ibu ibu yang terdeteksi memiliki anak stunting juga ibu ibu PKK yang memiliki lingkungan dengan keluarga anak dalam periode 1000 hari pertama kehidupan.

Materi penyuluhan diberikan dengan poster dan audiovisual berisikan mengenai pola pangan harapan, mengenal stunting dan pengelolaan gizi 1000 hari pertama kehidupan juga membangun Pola Hidup Bersih dan Sehat.

Kegiatan bertempat di Kecamatan Gunung Sugih, Lampung Tengah. Tim PKM memberikan evaluasi pada saat sebelum dan sesudah kegiatan untuk menilai keberhasilan kegiatan. Pemberian pre test sebagai evaluasi awal dilanjutkan dengan penyuluhan dan edukasi pola pangan harapan keluarga pada peserta dilanjutkan dengan evaluasi dengan post test. Berdasarkan hasil evaluasi didapatkan Skor rata-rata pre test peserta kegiatan ini hanya 52. Berdasarkan data hasil pengamatan pretest, diketahui 51,5% peserta mempunyai pengetahuan kurang dan 48,5% peserta telah memiliki pengetahuan yang cukup. Hasil pre test yang rendah tersebut dikarenakan kurangnya pengetahuan dan pemahaman peserta tentang mengenai pola pangan harapan bagi keluarga untuk menurunkan kasus stunting pada balita masih kurang.



Gambar 1-3. Foto-foto Kegiatan

Evaluasi proses juga dilakukan selama kegiatan dengan membandingkan jumlah peserta yang hadir dengan jumlah undangan yang disebar, dan juga dengan melihat tanggapan peserta melalui tanya jawab dan jalannya diskusi 56 peserta dengan 19 penanya. Setelah kegiatan berakhir kami melakukan kegiatan evaluasi akhir dengan memberikan post test kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang sama dengan pre test. Skor pretest dibandingkan dengan skor nilai post test untuk menilai ada tidaknya peningkatan pengetahuan peserta. Hasil post test menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta. Pada saat pre test nilai rata-rata peserta adalah 52, saat posttest nilai rata-rata peserta 70. Hasil feed back dimana setelah dilakukan kegiatan tim melakukan tanya jawab mendapatkan sebagian besar peserta mampu menjelaskan dengan baik mengenai PHBS, stunting, nutrisi 1000 hari pertama kehidupan dan membangun pola pangan harapan bagi keluarga sesuai dengan kearifan sumber daya alam lokal dan kemampuan keluarga. Peningkatan pengetahuan peserta menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta kegiatan ini dan tujuan dari kegiatan ini berhasil. sehingga diharapkan akan terjadi perbaikan perilaku yang dapat dicontohkan pada lingkungan sekitar dari peserta mengenai membangun pola pangan harapan keluarga untuk

menurunkan kasus stunting di Kecamatan Gunung Sugih, Kabupaten Lampung Tengah.

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh tim PKM Fakultas Kedokteran Universitas Lampung kepada ibu-ibu PKK Kecamatan Gunung Sugih bekerjasama dengan Puskesmas Gunung Sugih, kabupaten Lampung Tengah yang dilaksanakan pada bulan september 2019 mengenai edukasi pola pangan harapan untuk menurunkan angka stunting telah berjalan dengan baik mulai dari tahapan survei sampai proses kegiatan dan evaluasi. Berdasarkan hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan didapatkan peningkatan pengetahuan yang diharapkan akan membangun perilaku peserta dimana skor rata-rata pre test peserta kegiatan ini hanya 52, dengan 51,5% peserta mempunyai pengetahuan kurang dan 48,5% peserta telah memiliki pengetahuan yang cukup. Setelah kegiatan hasil evaluasi post test nilai rata-rata peserta 70 dan diketahui bahwa 25% peserta cukup paham, 50% telah memiliki pengetahuan yang baik dan 25% sangat baik. Sehingga diharapkan peserta yang mengikuti kegiatan akan mampu mengadopsi pengetahuannya dalam perilaku pola asupan makanan sehat yang berbasis kearifan lokal dan kemampuan sumberdaya keluarga.

Daftar Pustaka

- Aridiyah FO, Rohmawati N, Ririanty M, 2015. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stunting pada anak balita di wilayah pedesaan dan perkotaan (The factors affecting stunting on toddlers in rural and urban areas). e-Jurnal Pustaka Kesehatan. 3(1), pp. 163–170.
- Astari LD, Nasoetion A, Dwiriani CM, 2005. Hubungan karakteristik keluarga, pola pengasuhan dan kejadian stunting anak usia 6-12 bulan. Media Gizi dan Keluarga. 29(2):40-46.
- Black RE, Allen LH, Bhutta ZA, Caulfield LE, de Onis M, Ezzati M et al. Maternal and child undernutrition: global and regional exposures and health consequences. Lancet. 2008;371(9608):243–60.
- Dinas Kesehatan Lampung Tengah. 2018. Data 10 lokus desa *stunting* Kabupaten Lampung Tengah. Gunung Sugih: Dinas Kesehatan Lampung Tengah.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. 2015. Profil kesehatan provinsi lampung tahun 2015. Bandar Lampung: Dinas Kesehatan Provinsi Lampung.
- Ikeda N, Irie Y, Shibuya K. Determinants of reduced child stunting in Cambodia: analysis of pooled data from three demographic and health surveys. Bull World Health Organ. 2013;91(5):341–9.
- Kavle JA., El-Zanaty F., Landry M., Galloway R, 2015. The Rise in stunting in relation to avian influenza and food consumption patterns in lower Egypt in comparison to upper Egypt: results from 2005 and 2008 demographic and health surveys. BMC Public Health; 15:285
- Makoka D, Masibo PK, 2015. Is there a threshold level of maternal education sufficient to reduce child undernutrition? Evidence from Malawi, Tanzania and Zimbabwe. BMC Pediatrics, 15(1), pp. 1–10.
- Ruel MT, Alderman H., Maternal and Child Nutrition Study Group. 2013. Nutrition-sensitive interventions and programmes: how can they help to accelerate progress in improving maternal and child nutrition?. Lancet. 382 (9891): 536-51.
- Victora CG, de Onis M, Hallal PC, Blossner M, Shrimpton, 2010. Worldwide timing of growth faltering: revisiting implications for interventions. Pediatrics, 125 (3): e473-80.
- WHO, 2010. Interpretation guide. Nutrition landscape information system. pp. 1–51.
- WHO, 2018. Reducing Stunting in Children: Equity Considerations for Achieving Global Nutrition Target 2025.
- UNICEF, 2012. UNICEF 's approach to scaling up nutrition.
- UNICEF, WHO, The World Bank, 2019. Levels and trends in child malnutrition - UNICEF WHO The World Bank Joint Child Malnutrition Estimates.