

PEMBERDAYAAN KADER KESEHATAN DAN MASYARAKAT DALAM PENANGANAN DAN PENCEGAHAN STUNTING PADA 1.000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN

Eka Sutrisna¹, Husna Maulida², Suriani³

¹Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bumi Persada

²Program Studi D3 Kebidanan Universitas Bumi Persada

³Program Studi D3 Keperawatan Akper Kesdam Iskandar Muda Lhokseumawe

Email: ekasutrisna84@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan di Gampong Jambo Mesjid adalah tingginya angka Stunting yaitu sebanyak 23 orang, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang makanan bergizi pada 1.000 HPK, cara pemberian makan dan pola makan, rendahnya dukungan dan kesadaran suami serta keluarga dalam peningkatan status gizi balita, penghasilan masyarakat yang rendah, faktor tabu makanan dimana makanan bergizi tertentu tidak boleh dikonsumsi anak balita, Gampong Jambo Mesjid dengan cakupan ASI Eksklusif rendah, kurangnya kesadaran dalam penanganan stunting pada balita, dan kurangnya kesadaran pencegahan stunting pada balita. Kegiatan PKM ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader dan masyarakat dalam penanganan dan pencegahan stunting pada 1.000 hari pertama kehidupan. Metode pelaksanaan kegiatan ini berupa pelatihan dan penyuluhan pemberian makanan bergizi pada 1.000 HPK, cara pemberian makan dan pola makan, praktek pemberian makanan tambahan yang sesuai usia. Hasil yang dicapai dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dan masyarakat dalam penanganan stunting, daya tahan tubuh meningkat, tumbuh kembang optimal, meningkatkan SDM yang berkualitas menuju Kota Lhokseumawe terbebas stunting.

Kata Kunci: *Pemberdayaan kader, stunting, 1.000 HPK*

ABSTRACT

The problems in Gampong Jambo Mesjid are the high rate of Stunting, namely 23 people, lack of public knowledge about nutritious food at the first 1000 days, feeding methods and eating patterns, low support and awareness of husbands and families in improving the nutritional status of toddlers, low community income, factors food taboos where certain nutritious foods cannot be consumed by children under five, low coverage of exclusive breastfeeding, lack of awareness in handling stunting in toddlers, and lack of awareness of preventing stunting in toddlers. This community service activity aimed to increase the knowledge of cadres and the community in handling and preventing stunting in the first 1000 days of life. The method of implementing this activity is in the form of training and counseling on providing nutritious food to the first-1000-days, feeding methods and eating patterns, practice of providing additional food that is age appropriate. The results achieved from this activity are increasing the knowledge and skills of cadres and the community in handling stunting, increasing body endurance, optimal growth and development, increasing quality human resources towards a stunting-free Lhokseumawe City.

Key Words: *Cadre empowerment, first 1000 days of life, stunting*

PENDAHULUAN

Kasus stunting di Indonesia melebihi standar WHO yaitu 20%, terutama kasus stunting di Provinsi Aceh yang cukup mengkhawatirkan. Anak dengan perkembangan otak yang tidak optimal pada masa awal kehidupannya berisiko lebih tinggi mengalami prestasi sekolah yang buruk, putus sekolah, terkena gangguan neurologis, perawatan diri yang buruk dan keterampilan rendah. Hal tersebut berdampak pada mata rantai kemiskinan antargenerasi. Malnutrisi menjadi penyebab 2,6 juta kematian anak setiap tahun di dunia. Jutaan anak mampu bertahan hidup dengan kondisi kekurangan gizi, namun akan mengalami gangguan fisik dan kognitif sepanjang hidupnya, karena tidak mendapatkan nutrisi dan gizi yang adekuat pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Pertumbuhan fisik dan otak anak juga akan sangat lemah dan rentan.

Gerakan 1.000 HPK sejalan dengan upaya global dalam penanganan masalah gizi melalui program *Scaling-up Nutrition Movement* untuk menurunkan masalah gizi, dengan fokus 1.000 hari pertama kehidupan (270 hari selama hamil dan 730 hari dari kelahiran sampai 2 tahun). Untuk keberhasilan gerakan 1.000 HPK dilakukan kegiatan yang melibatkan berbagai unsur dan bidang kepakaran berbeda (Priyatna, 2014). Pada masa ini disebut sebagai *window of opportunity* merupakan masa paling baik untuk mencegah malnutrisi dan konsekuensinya. Menurut UNICEF, masa yang sangat kritis untuk pertumbuhan dan perkembangan dimulai sejak anak berada dalam kandungan ibu hingga usia 2 tahun, sehingga masa ini anak jangan mengalami malnutrisi atau masa ini malnutrisi yang terjadi dapat ditangani dan anak dapat mengejar pertumbuhan optimal (*catch up growth*). (Arsenault., et al., 2009). Lalu, jika di atas usia 2 tahun malnutrisi belum dapat ditangani akan menetap atau irreversible. Maka, pentingnya pengetahuan ibu tentang makanan bergizi mulai dari perencanaan kehamilan sampai 1.000 HPK untuk mencegah terjadinya stunting pada balita.

Dampak langsung terjadinya stunting pada balita adalah *lost generation* atau generasi yang hilang. Suatu masyarakat yang berkembang dalam keadaan kurang gizi akan melahirkan generasi tidak berkualitas, rentan penyakit dan berdampak pada IQ rendah. Stunting dapat menyebabkan generasi penerus bangsa menjadi lemah, mudah terserang penyakit, dan intelengensi rendah, sehingga generasi yang tidak berkualitas akan

berpengaruh terhadap SDM bangsa yang hilang (Suhaimi, 2019). Hal ini sangat memprihatinkan dan membutuhkan penanganan segera, jika tidak ditangani keadaan akan berlanjut dan angka stunting bertambah. Dampak yang ditimbulkan dari stunting akan lebih banyak dan mengalami komplikasi. Penderita stunting juga tidak bisa hidup normal dan generasi yang hilang terus bertambah. Hal ini tidak bisa dibiarkan karena anak mempengaruhi masa depan generasi Indonesia. Bagaimana kita bisa bersaing dengan negara lain di era globalisasi dan pasar bebas sekarang ini, jika generasi penerus bangsa berkualitas rendah karena gizi buruk (Kompas, 2019). Pada usia balita, kecukupan gizi anak sangat tergantung pada ibu atau pengasuhnya. Anak balita menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, sehingga memerlukan zat gizi yang tinggi setiap kg berat badannya. Pada masa bayi dan balita, orang tua harus memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi anak dengan membiasakan pola makan seimbang dan teratur setiap hari (Merryana, 2012).

Penghasilan masyarakat Gampong Jambo Mesjid sebagian besar adalah nelayan, yang mencari ikan dengan tarik pukat di pinggir laut dan hasil tangkapan yang tidak banyak. Penghasilan mereka rata-rata hanya Rp 30.000,- s.d 50.000,- perharinya untuk mencukupi kebutuhan hidup sehari-harinya. Rata-rata jumlah anak mereka empat atau lima orang. Penghasilan yang minim ini menjadikan mereka tidak memprioritaskan keperluan rumah tangga, melainkan kebutuhan dirinya seperti merokok. Penghasilan yang diberikan keistrinya hanya Rp 15.000,- s.d 20.000,- per hari, yang tidak dapat mencukupi kebutuhan gizi dan pendidikan anak. Makanan bergizi pada anak sebenarnya tidak harus mahal tetapi makanan murah tetapi mengandung nilai gizi tinggi pada bayi dan balita, misal mengganti daging dengan telur, sayur-sayuran, dan buah-buahan yang mudah didapatkan dipedesaan dengan harga terjangkau, misal pisang, pepaya dan jambu biji. Jika tidak mampu membeli susu dapat diganti dengan air tajin dan air kacang hijau, sehingga status sosial rendah tidak membuat status gizi anak buruk.

Stunting tidak hanya dialami oleh kaum yang berstatus sosial rendah tetapi juga kaum orang mampu, yang memberikan makanan mahal tetapi anaknya digolongkan gizi buruk. Hal ini dikarenakan masyarakat sekarang lebih senang makanan instan, cepat dan

praktis. Makanan cepat saji atau jajanan praktis belum tentu bisa mencukupi kebutuhan tubuh balita atau anak, mereka hanya berpikir yang penting makan kenyang dan enak.

Tujuan dan sasaran kegiatan PKM ini adalah pemberdayaan kader dan masyarakat dalam penanganan stunting. Pemberdayaan perempuan dilakukan bekerja sama dengan kader desa untuk penanganan stunting. Aktivitas kegiatan ibu-ibu kader desa di Gampoeng Jambo Mesjid umumnya lebih terkonsentrasi pada kegiatan posyandu. Sedangkan untuk kegiatan peningkatan gizi, penanganan serta pencegahan stunting pada 1.000 HPK masih belum terlaksana dengan baik, sehingga adanya kegiatan ini dapat meningkatkan daya tahan tubuh anak, anak tumbuh kembang optimal, meningkatkan SDM berkualitas menuju Kota Lhokseumawe yang terbebas dari stunting.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan PKM ini berupa pelatihan dan penyuluhan tentang makanan bergizi pada 1.000 HPK, cara pemberian makan, pola makan, penanganan dan pencegahan stunting, serta praktek cara pemberian makanan tambahan sesuai usia, dan cara mengatasi anak dengan kesulitan makan, serta pendampingan dan pemberdayaan masyarakat dalam penanganan stunting. Media yang dipakai dalam menyampaikan materi berupa *power point* dan *leaflet*. Kegiatan ini dilaksanakan oleh Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan dan Program Studi D3 Kebidanan Universitas Bumi Persada.

Langkah-langkah pelaksanaan kegiatan sebagai berikut :

1. Tahap persiapan kegiatan, yang terdiri atas : a) mengajukan perizinan kepada kepala Desa Jambo mesjid Kecamatan Blang Mangat, b) berkoordinasi dengan kepala desa, bidan desa dan kader terkait waktu pelaksanaan kegiatan, c) mengajukan surat tugas kegiatan pengabdian masyarakat ke LPPM Universitas Bumi Persada, dan d) menyiapkan materi dan media presentasi.
2. Tahap pelaksanaan, yaitu pelaksanaan kegiatan dilakukan mulai tanggal 25 Juli s.d 10 Oktober 2023. Berikut uraian pelaksanaan kegiatan: a) pelatihan, penyuluhan makanan bergizi pada 1.000 HPK, cara pemberian makan, pola makan, penanganan stunting serta pencegahan gizi buruk. Komunikasi, informasi dan edukasi juga perlu diberikan akan dampak stunting jika tidak diatasi terhadap masa depan anak,

Dimana: (a) ibu yang anaknya menderita stunting diundang oleh kader di kelurahan, untuk berkomunikasi, informasi dan edukasi tentang cara penanganan stunting pada balita, dan (b) sosialisasi atau penyuluhan tentang ASI eksklusif secara menyeluruh, bagaimana cara pemberian ASI eksklusif, manfaatnya dan dampak Makanan Pendamping ASI di usia dini; b) penyuluhan dan praktek cara pemberian makanan tambahan sesuai dengan usianya, frekuensi pemberian makan anak yang teratur, dan cara mengatasi anak yang tidak mau makan pada ibu dengan anak stunting dan kader desa; c) pendampingan penanganan stunting melalui perbaikan gizi, pola makan, dan pola asuh makan pada balita; dan d) pemberdayaan masyarakat dengan melatih kader kesehatan terhadap Praktek pembuatan MP-ASI yang tinggi nilai gizinya bersumber dari makanan lokal yang mudah didapat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM tentang Pemberdayaan Kader Kesehatan dan Masyarakat dalam Penanganan dan Pencegahan Stunting pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan dilaksanakan selama 2 bulan pada kader kesehatan dan masyarakat Desa Jambo Mesjid. Kegiatan ini dimulai pukul 10.00 Wib. dengan jumlah peserta yang hadir sekitar 20 orang ibu balita dan 5 orang kader posyandu balita.

Berikut uraian kegiatan PKM yang telah dilaksanakan :

Kegiatan PKM	PIC	Hari dan Tanggal Pelaksanaan	Tempat	Hasil Kegiatan/Capaian Program
Observasi awal ke desa mitra	Eka Sutrisna, M.Kes	Rabu, 2 Agustus 2023	Balai Desa Jambo Mesjid	Observasi awal telah dilakukan, kegiatan dihadiri perwakilan kader, bidan desa dan ibu kepala Desa Jambo Mesjid
Sosialisasi program PKM pada geuchik, pemuka gampong, kader dan bidan desa	Eka Sutrisna, M.Kes Husna Maulida, M.Keb	Selasa, 8 Agustus 2023	Balai Desa Jambo Mesjid	Sosialisasi program PKM telah dilaksanakan, yang dihadiri oleh geuchik dan kader kesehatan Desa Jambo Mesjid dengan jumlah peserta 8 orang
Pelatihan, penyuluhan makanan bergizi pada 1.000 HPK,	Eka Sutrisna, M.Kes Husna	Selasa, 12 September 2023	Balai Desa Jambo Mesjid	Sosialisasi dan penyuluhan tentang makanan bergizi pada 1.000 HPK, cara pemberian makan, pola makan, penanganan serta pencegahan

cara pemberian makan, pola makan, penanganan serta pencegahan stunting	Maulida, M.Keb			stunting yang dihadiri kader dan ibu balita stunting. Capaian kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan kader dan ibu balita stunting dan jumlah peserta yang hadir 20 orang dengan media <i>leaflet</i> dan <i>powerpoint</i>
Pendamping-an penanganan stunting melalui perbaikan gizi, pola makan dan pola asuh makan pada balita	Eka Sutrisna, M.Kes	Senin, 18 September 2023	Balai Desa Jambo Mesjid	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kader dan ibu balita stunting mendapatkan pendampingan selama 2 bulan dalam penanganan stunting melalui perbaikan gizi, pola makan dan pola asuh makan pada balita ▪ Pendampingan ini untuk menumbuhkan pemahaman, kesadaran dan pengetahuan cara meningkatkan serta menangani stunting melalui perbaikan gizi, pola makan dan pola asuh makan pada balita ▪ Pendampingan dilakukan pada 21 ibu balita stunting
Pemberdaya-an masyarakat dengan melatih kader kesehatan terhadap praktek pembuatan MP-ASI yang tinggi nilai gizi bersumber dari makanan lokal yang mudah didapat	Eka Sutrisna, M.Kes Husna Maulida, M.Keb	Selasa, 10 Oktober 2023	Balai Desa Jambo Mesjid	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Meningkatnya pemahaman dan kesadaran masyarakat dalam menyediakan MP ASI bernilai gizi tinggi yang bersumber dari makanan lokal ▪ Masyarakat mampu mengatasi masalah stunting secara mandiri dengan pembuatan MP ASI lokal yang bergizi ▪ Kemandirian masyarakat dalam penanganan stunting

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari pelaksanaan PKM disimpulkan bahwa kegiatan ini menjadi solusi bagi kader dan masyarakat terhadap penanganan stunting dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader serta masyarakat melalui pemberian penyuluhan dan pelatihan pemberian makanan sesuai usia anak, pola makan, makanan

bergizi pada 1.000 HPK, dan adanya pendampingan penanganan stunting melalui perbaikan gizi, pola makan, dan pola asuh makan dengan melatih kader kesehatan dan ibu balita stunting terhadap praktek pembuatan MP-ASI yang tinggi nilai gizi bersumber dari makanan lokal yang mudah didapat, sehingga stunting tidak meningkat dan dapat diatasi di Desa Jambo Mesjid Kec. Blang Mangat.

Adapun saran yang dapat disampaikan setelah pelaksanaan kegiatan ini diharapkan bagi pemerintah Gampong Jambo Mesjid untuk menggalakkan pemberian makanan tambahan dan mempraktekkan pembuatan makanan tambahan yang bernilai gizi dan diharapkan kepada masyarakat untuk meningkatkan kunjungan posyandu dan berupaya memenuhi gizi anak pada 1.000 hari pertama kehidupan, sehingga bebas dari stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada bidan desa yang telah mendampingi dalam pelaksanaan kegiatan PKM ini. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada kader dan masyarakat yang telah bersedia menjadi peserta dalam pemberdayaan masyarakat serta meluangkan waktunya saat kegiatan, serta terima kasih kepada Kepala Desa Jambo Mesjid yang telah memberikan izin untuk pelaksanaan kegiatan PKM ini.

REFERENSI

- Arsenault, J.E., et al. 2009. *Additional Zinc Delivered in a Liquid Supplement, but Not in a Fortified Porridge, Increased Fat-Free Mass Accrual among Young Peruvian Children with Mild-to-Moderate Stunting*. The Journal of Nutrition, Vol.138 No.1 Hal.108-14.
- Diana, R., et al. 2022. *Influence of Eating Concept on Eating Behavior and Stunting in Indonesian Madurese Ethnic Group*. Journal Ethnic Foods, Vol.9 No.48. Hal.1-11. Url: <https://doi.org/10.1186/s42779-022-00162-3>.
- Kompas. 2019. *Gizi Buruk di Aceh*. Url: <https://www.kompas.tv/article>. (diakses 15 Juli 2019).
- Laporan Puskesmas Blang Cut. 2023. *Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Blang Cut*. Kota Lhokseumawe.
- Merryana., Bambang. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada.
- Notoatmodjo. 2012. *Kesehatan Masyarakat, Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Pandey, P., et al. 2017. *Maternal Empowerment Holds the Key to Reducing Stunting During First 1000 Days of life: Evidence from a Case-Controlled Study*. Journal of Annals of Tropical Medicine and Public Health, Vol.10 No.3 Hal.667-677.
- Priyatna., Asnol. 2014. *1.000 Hari Pertama Kehidupan*. Jakarta: Gramedia.
- Purnamasari, W.E. 2014. *Optimasi Kadar Kalori dalam Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)*. Jurnal Pangan dan Agroindustri, Vol.2 No.3 Hal.19-27.
- Subaris, H. 2016. *Promosi Kesehatan, Pemberdayaan Masyarakat, dan Modal Sosial*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Suhaimi, A. 2019. *Pangan, Gizi, dan Kesehatan*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sujendran., S.U., et al. 2015. *Prevalence of Stunting among Children Aged 6 to 36 Months, in the Eastern Province of Sri Lanka*. Journal of Nutritional Disorders and Therapy, Vol.5. No.1 Hal.1-6.
- Sutrisna, E., Khalidah. 2021. *Efektifitas Penggunaan Kombinasi Metode BASOKU dan Pola Makan terhadap Peningkatan Produksi ASI di PMB Santi Yosina Kec. Syamtalira Bayu Kab. Aceh Utara*. Jurnal Prepotif, Vol.2 No.3. Url: <https://core.ac.uk/reader/479720040>.
- Sutrisna, E., et al. 2023. *The Effectiveness of Giving Moringa Leaves to Increase the Weight of Toddlers*. Jurnal Kebidanan Malahayati (JKM), Vol.9 No.3. Url: <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/10945>.