

PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN “ISI PIRINGKU” PADA BALITA DI DESA BEJATEN UNTUK MENCEGAH STUNTING

Dian Oktianti ¹⁾, Mariatun ²⁾, Nurlia Erika ³⁾

^{1,2}Farmasi, Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

³Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

¹dianoktianti@unw.ac.id, ²atunmariatun02@gmail.com, ³liaerika36@gmail.com

Diterima 26 November 2023, Direvisi 18 Desember 2023, Disetujui 21 Desember 2023

ABSTRAK

Stunting merupakan gangguan pada tumbuh kembang oleh anak yang diakibatkan karena gizi buruk, kejadian infeksi berulang dan stimulasi psikososial yang tidak memadai. Stunting adalah salah satu permasalahan gizi yang menjadi fokus Pemerintah Indonesia. Di Desa Bejaten berdasarkan observasi awal, terdapat 15 balita yang akan dilakukan skrining stunting, pengukuran dilakukan pada saat pelaksanaan Posyandu. Kondisi ini yang mendorong tim pengabdian kepada masyarakat untuk melakukan kegiatan pemberian makanan tambahan kepada para balita tersebut. Hal ini diharapkan dapat mengurangi kejadian stunting, sehingga pertumbuhannya tidak akan mengalami gangguan. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian adalah dengan melakukan skrining, pemberian makanan tambahan serta memberikan edukasi terkait stunting. Kegiatan ini dilaksanakan mulai tanggal 7-25 Agustus. Hasil skrining menunjukkan 4(28,57%) balita masuk dalam kategori stunting, sedangkan 11(78,57%) tidak mengalami stunting. Untuk balita yang masuk dalam kategori stunting kemudian diberikan makanan tambahan sebanyak tiga kali. Setelah mendapatkan makanan tambahan dilakukan penimbangan berat badan, dan diperoleh hasil mengalami kenaikan berat badan. Para ibu juga diberikan edukasi mengenai bahaya stunting dan resep serta variasi menu makanan. Dengan adanya edukasi ini diharapkan dapat meningkatkan kreatifitas ibu, sehingga nafsu makan balita naik karena adanya variasi makanan sehari-hari. Hasil akhir yang diharapkan adalah tidak adal lagi balita yang mengalami stunting.

Kata kunci: *balita; stunting; pemberian makanan tambahan; berat badan*

ABSTRACT

Stunting is a developmental disorder in children caused by poor nutrition, repeated infections and inadequate psychosocial stimulation. Stunting is one of the nutritional problems that the Indonesian Government focuses on. In Bejaten Village based on initial observations, there are 15 toddlers who will be screened for stunting, measurements are taken during the implementation of Posyandu. This condition encouraged the community service team to carry out additional feeding activities for these toddlers. This is expected to reduce the incidence of stunting, so that their growth will not be impaired. The method of implementing community service activities is by screening, providing additional food and providing education related to stunting. This activity was carried out from August 7-25. The screening results showed that 4 (28.57%) toddlers fell into the stunting category, while 11 (78.57%) did not experience stunting. For toddlers who fall into the stunting category then given additional food three times. After getting additional food, weight weighing was carried out, and the results obtained had increased weight. Mothers are also given education about the dangers of stunting and recipes and variations of the food menu. With this education, it is hoped that it can increase the creativity of mothers, so that the toddler's appetite increases due to the variety of daily food. The expected end result is that there are no more stunted toddlers.

Keywords: *under-five; stunting; supplementary feeding; body weight.*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pada tumbuh kembang yang dialami oleh anak yang

diakibatkan karena gizi buruk, kejadian infeksi berulang dan stimulasi psikososial yang tidak memadai (WHO, 2015). Masalah anak pendek

(stunting) adalah salah satu permasalahan gizi yang menjadi fokus Pemerintah Indonesia. Masalah anak pendek (stunting) merupakan salah satu permasalahan gizi yang dihadapi di dunia, khususnya di negara-negara miskin dan berkembang. Stunting menjadi permasalahan karena berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya kesakitan dan kematian, perkembangan otak suboptimal sehingga perkembangan motorik terlambat dan terhambatnya pertumbuhan mental (Rahmadhita, 2020).

Pengukuran stunting dapat dilakukan dengan menggunakan status gizi dengan memperhatikan tinggi atau panjang badan, umur, dan jenis kelamin balita. Kebiasaan tidak mengukur tinggi atau panjang badan balita di masyarakat menyebabkan kejadian stunting sulit disadari. Malnutrisi merupakan suatu dampak keadaan status gizi baik dalam jangka waktu pendek maupun jangka waktu lama. Penyebab stunting bisa dikaitkan karena kurang gizi. Kurang gizi dan stunting merupakan dua masalah yang saling berhubungan. Stunting pada anak merupakan dampak dari defisiensi nutrient selama seribu hari pertama kehidupan. Hal ini menimbulkan gangguan perkembangan fisik anak yang *irreversible*, sehingga menyebabkan penurunan performa kerja. Anak stunting memiliki rerata skor *Intelligence Quotient* (IQ) sebelas poin lebih rendah dibandingkan rerata skor IQ pada anak normal. Gangguan tumbuh kembang pada anak akibat kekurangan gizi bila tidak mendapatkan intervensi sejak dini akan berlanjut hingga dewasa (Rini et al., 2017).

Kementerian kesehatan pada tanggal 25 Januari 2023 mengumumkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada Rapat Kerja Nasional BKKBN, dimana prevalensi stunting di Indonesia turun dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di 2022. Dan pada tahun 2024 target penurunan stunting di Indonesia adalah 14% (Anonim, 2023). Di Jawa Tengah, Badan Kependudukan, Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyebutkan angka stunting saat ini adalah 20,9% atau sekitar 540 ribu anak yang mengalami kondisi kerdil. Pada akhir 2023 Jawa Tengah menargetkan jumlah anak dengan stunting sebanyak 14%. Hal ini lebih cepat dari target pemerintah pusat yang menargetkan di tahun 2024 (Anonim, 2023).

Masalah asupan gizi yang dikonsumsi selama kandungan maupun masa balita dapat menyebabkan kejadian stunting. Kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum masa kehamilan, serta masa nifas, terbatasnya layanan kesehatan seperti pelayanan antenatal, pelayanan postnatal dan rendahnya akses makanan bergizi, rendahnya akses sanitasi dan air bersih juga merupakan penyebab stunting Iqbal & Sartono, 2018). Saat ini mulai dikampanyekan mengenai

program “isi piringku”. Isi piringku merupakan program bagi masyarakat dalam memahami bagaimana porsi makan yang tepat untuk memenuhi kebutuhan gizi. Porsi Isi Piringku terdiri makanan pokok yakni sumber karbohidrat dengan porsi 2/3 dari 1/2 piring. Lalu dilengkapi dengan lauk pauk dengan porsi 1/3 dari 1/2 piring. Untuk setengah piring lainnya diisi dengan proporsi sayur-sayuran dengan porsi 2/3 dan buah-buahan dengan porsi 1/3. Panduan makan sehat tersebut tidak hanya membuat kenyang, tetapi juga memastikan tubuh sehat dan cukup gizi. Namun sayangnya, masih banyak masyarakat yang belum mengetahui Kampanye Isi Piringku. Dengan menerapkan Isi Piringku, stunting bisa dicegah sejak awal (Kemenkes RI, 2023).

Di Desa Bejaten berdasarkan observasi awal, terdapat 15 balita yang akan dilakukan skrining stunting. Hal ini diketahui dari berat badan balita yang diukur pada saat pelaksanaan Posyandu. Kondisi ini yang mendorong tim pengabdian kepada masyarakat untuk melakukan kegiatan pemberian makanan tambahan kepada para balita tersebut. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah diharapkan dapat mengurangi kejadian stunting yang dialami oleh balita di Desa Bejaten, sehingga pertumbuhannya tidak akan mengalami gangguan. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian makanan tambahan kepada para balita, sehingga akan meningkatkan berat badannya.

METODE

Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian ini adalah melakukan skrining, memberikan edukasi dan pemberian makanan tambahan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Desa Bejaten. Pada pelaksanaan kegiatan tim bekerjasama dengan Bidan Desa, Posyandu Balita dan Ibu-ibu PKK di Desa Bejaten. Kegiatan ini melibatkan 2 orang mahasiswa dari program studi Farmasi dan Kebidanan. Makanan yang diberikan adalah makanan tambahan yang dapat digunakan untuk meningkatkan berat badan pada anak. Adapun tahap-tahap kegiatan ini adalah:

- a. Skrining stunting pada anak balita, dilaksanakan hari Senin 7 Agustus 2023
- b. Pemberian makanan tambahan kepada anak-anak yang masuk kategori stunting sebanyak 4 anak. Kegiatan ini dilaksanakan sebanyak tiga kali yaitu : Senin, 14 Agustus 2023; Sabtu, 19 Agustus 2023; Rabu, 23 Agustus 2023
- c. Pemberian materi edukasi mengenai bahaya stunting, resep dan variasi menu dilaksanakan hari Sabtu, 25 Agustus 2023

HASIL DAN PEMBAHASAN

Status gizi merupakan tolak ukur dari terpenuhinya kebutuhan gizi yang didapatkan dari asupan makanan dan minuman oleh tubuh. Kondisi

malgizi (*malnutrition*) adalah suatu kondisi jika tubuh mengalami kekurangan atau kelebihan zat gizi, meskipun sering digunakan untuk menggambarkan kondisi kekurangan gizi (Mulyaningrum, 2021). Gizi yang tercukupi sangat dibutuhkan pada masa awal pertumbuhan anak-anak untuk memastikan pertumbuhannya sehat, organ tubuh berfungsi dengan baik, memiliki sistem imun yang kuat, serta untuk perkembangan otak dan kognitif (WHO, 2015).



Gambar 1. Pemeriksaan skrining stunting

Pada kegiatan skrining, terlebih dahulu dilakukan pendataan karakteristik umum seperti nama, umur, dan jenis kelamin. Kemudian dilanjutkan dengan pengukuran BB dan TB pada balita di Desa Bejaten didampingi dengan ibu masing-masing yang menjadi peserta penyuluhan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi sasaran. Pengukuran BB menggunakan timbangan digital dengan ketelitian 0,5. Pengukuran TB menggunakan microtoise. Kegiatan pengukuran berjalan dengan lancar dan kondusif. Data tersebut diolah untuk mengetahui status gizi menggunakan tiga indeks, yaitu badan berat terhadap umur (BB/U) dan tinggi badan terhadap umur (TB/U). Terdapat sebanyak 15 anak balita dan TK yang melakukan pemeriksaan ini. Dari 15 anak yang melakukan pemeriksaan, terdapat 4 anak yang dicurigai mengalami stunting. Hasil yang diperoleh kemudian dianalisa berdasarkan tabel antropometri dan diperoleh data sebanyak 4 anak yang mengalami stunting.

Tabel 1. Status gizi balita berdasarkan BB/U

Kategori TB/U	N
Stunting	4 (28,57%)
Normal	11 (78,57%)
Total	15 (100%)

Pada tabel 1 dapat dilihat bahwa ada 28,57% balita di Desa Bejaten mengalami stunting.

Hal ini perlu menjadi perhatian bagi tenaga kesehatan dan aparat desa khususnya serta masyarakat desa pada umumnya. Jumlah balita yang dilakukan pemeriksaan ini belum semua, karena masih ada ibu yang belum menyadari pentingnya pengukuran status gizi pada balita. Hal ini bisa menjadi fenomena gunung es, walaupun yang terdeteksi hanya 4 balita tidak menutup kemungkinan bahwa masih banyak balita yang sebenarnya mengalami stunting. Tingkat pendidikan ibu dapat mempengaruhi pola pengasuhan anak mulai dari perawatan serta pemberian makanan yang sehat bergizi. Dari hasil skrining ini ada beberapa ibu yang tidak mau menerima bahwa anaknya masuk dalam kategori stunting. Hal ini juga yang nantinya akan mempersulit pemberian edukasi pada ibu dan keluarganya. Kejadian stunting pada anak-anak merupakan akibat dari kekurangan gizi pada masa kehamilan dan kurangnya asupan pada bayi dan anak-anak yang berkorelasi dengan gangguan perkembangan neurokognitif dan merupakan faktor risiko penyakit tidak menular dan mengurangi produktifitas kerja di masa dewasa (WHO, 2015).



Gambar 2. Pengukuran lingkaran kepala

Tahapan selanjutnya yang dilakukan adalah pemberian makanan tambahan bagi balita yang dari hasil skriningnya masuk dalam kategori stunting. Pemberian makanan tambahan (PMT) adalah program intervensi bagi balita yang menderita kurang gizi dimana tujuannya 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. PMT merupakan salah satu dari 3 hal yang harus diperhatikan dalam pencegahan stunting, yaitu perbaikan terhadap pola makan, pola asuh, serta perbaikan sanitasi dan akses air bersih. Prinsip pemberian makanan tambahan adalah Berupa makanan lengkap siap santap atau kudapan kaya sumber protein hewani dengan memperhatikan gizi seimbang; lauk hewani diharapkan dapat bersumber dari 2 macam sumber protein yang berbeda. Misalnya telur dan ikan, telur dan ayam, telur dan daging. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan kandungan protein yang tinggi dan

asam amino esensial yang lengkap. Makanan lengkap diberikan sebagai sarana edukasi implementasi isi piringku. Pemberian MT disertai dengan edukasi, dapat berupa demo masak, penyuluhan dan konseling (Kemenkes RI, 2023).

Pada kegiatan ini, balita yang mengalami stunting diberikan 4 kali menu tambahan dengan mengacu pada metode isi piringku. Menu yang diberikan adalah:

- a. Puding jagung + buah pepaya+ jus jeruk+ tahu gulung telur+ sayur rebus
- b. Puding strawberry+ jus sirsak+ sayur rebus+buah pepaya+ bakwan sayur
- c. puding susu+ nasi berbentuk bulet+ sayur bening ayam
- d. Puding strawberry + kolak labu kuning

Makanan tambahan tersebut diberikan pada setiap balita yang teridentifikasi stunting pada saat dilakukan skrining. Agar dapat memastikan bahwa makanan tersebut benar-benar dimakan oleh balita tersebut, maka makanan diantar dari rumah ke rumah pada saat jam makan balita. Harapannya setelah pemberian makanan tambahan, nutrisi yang diterima akan terpenuhi, sehingga berat badan balita akan mengalami peningkatan,



Gambar 3. Pemberian makanan tambahan pada balita

Selain pemberian PMT, juga diberikan resep masakan dan macam menu untuk balita. Hal ini bertujuan agar ibu dapat melakukan variasi pada

menu yang diberikan kepada putra putri balitanya. Agar balita tidak bosan dan memiliki nafsu makan. Setelah pemberian makanan tambahan, balita tersebut dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Dari hasil pemeriksaan diperoleh hasil bahwa terjadi peningkatan berat badan balita.

Tabel 2. Peningkatan Berat Badan Balita

No	Nama	Umur (bulan)	BB	
			Awal	Akhir
1	An. Ab	50	11,6	12,7
2	An. Ak	50	12,8	13,1
3	An. Bl	20	8	9,2
4	An. Au	25	7,8	8,5

Setelah pemberian makanan tambahan dan dilakukan edukasi, terjadi peningkatan berat badan balita. Akan tetapi peningkatan yang terjadi belum signifikan. Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan oleh Rini di Kota Semarang mengenai perubahan status gizi balita gizi buruk setelah pemberian makanan tambahan pemulihan selama 3 bulan menunjukkan hasil bahwa ada perbedaan pada perubahan status gizi balita sebelum dan sesudah PMT Pemulihan menurut indeks antropometri BB/U. Durasi pemberian makanan tambahan dalam kegiatan ini masing kurang lama, sehingga tidak diperoleh hasil yang signifikan dalam peningkatan berat badan balita. Harapannya pemberian makanan tambahan kepada balita yang terindikasi stunting dapat dilanjutkan oleh puskesmas melalui kader posyandu yang ada di Desa Bejaten. Agar generasi penerus bangsa di masa yang akan datang benar-benar mampu secara fisik dan intelektual.

SIMPULAN DAN SARAN

Pada saat dilakukan skrining balita stunting, terdapat 4 balita yang terindikasi stunting. Balita yang tergolong stunting tersebut diberikan makanan tambahan. Setelah pemberian makanan tambahan, diperoleh hasil bahwa terjadi peningkatan berat badan pada balita. Para ibu balita juga mendapatkan resep masakan dan variasi menu untuk balita.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada LPPM Universitas Ngudi Waluyo yang telah mendukung dan memfasilitasi kegiatan pengabdian

ini. Ucapan terimakasih juga untuk seluruh masyarakat dan perangkat desa di Desa Bejaten yang telah menerima dan turut berpartisipasi dalam kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Anonim. (2023). *Jateng Optimis Capai Target Angka Stunting 14% pada 2023, Porta Berita Pemerintah Provinsi Jawa Tengah*. <https://jatengprov.go.id/publik/jateng-optimistis-capai-target-angka-stunting-14-persen-pada-2023/>
<https://jatengprov.go.id/publik/jateng-optimistis-capai-target-angka-stunting-14-persen-pada-2023/>
- Iqbal, M., & Sartono. (2018). *Penilaian Status Gizi ABCD* (1st ed.). Salemba .
- Kemkes RI. (2023). *Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil 2023*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/juknis-pemberian-makanan-tambahan-pmt-berbahan-pangan-lokal-untuk-balita-dan-ibu-hamil>
<https://ayosehat.kemkes.go.id/juknis-pemberian-makanan-tambahan-pmt-berbahan-pangan-lokal-untuk-balita-dan-ibu-hamil>
- Mulyaningrum M, S. F. M. M. (2021). Fakto-Faktor yang Mempengaruhi Stunting pada Balita di Kabupaten Grobogan. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 74–84.
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>
- Rini, I., Rahayuning Pangestuti, D., & Zen Rahfiludin. (2017). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan (PMT-P) terhadap Perubahan Status Gizi Balita Gizi Buruk Tahun 2017 (Studi di Rumah Gizi Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5, 2356–3346.
<http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- WHO. (2015). *Stunting in a nutshell*. <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>.