

# Penanganan Stunting Berbasis Pemilihan Pangan dan Pengaturan Pola Konsumsi Pangan di Kelurahan Pesisir Kecamatan Limapuluh Kota Pekanbaru

Niken Nurwati\*<sup>1</sup>, Mufti<sup>2</sup>, Anto Ariyanto<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Lancang Kuning

<sup>3</sup>Ilmu Lingkungan, Sekolah Pascasarjana, Universitas Lancang Kuning

\*e-mail: [nikennurwati@yahoo.co.id](mailto:nikennurwati@yahoo.co.id)

## Abstract

*One problem of malnutrition that has become quite prominent recently is stunting. Stunting Impaired growth and development of children due to chronic malnutrition and recurrent infections, which is characterized by their body length or height being below the standards set by the minister in charge of government affairs in the health sector (Presidential Regulation No. 72 of 2021 concerning PPS). The problems faced by mothers of stunted children are a lack of knowledge about nutritious food and a lack of skills in managing food consumption in the family, especially in Pesisir Village, Limapuluh District, Pekanbaru City. Based on the problems above, the following solutions were formulated: 1) Increasing knowledge about nutritious food, 2) Increasing understanding in regulating food consumption in the household and 3) Providing assistance. The results of the evaluation through pre-test and post-test through counseling showed that there was an increase in knowledge of 60.61% or at sufficient criteria (Arikunto, 2006). These results indicate that before the outreach activity, some participants were already familiar with stunting and how to prevent and handle it. This can be explained because the Pesisir sub-district, Limapuluh District, Pekanbaru City is the highest locus of stunting (Pekanbaru City Health Service (e-PPGBM- 2022). With this condition, the Pesisir sub-district, Limapuluh District, Pekanbaru City is receiving serious attention to reduce the stunting rate, so there are many programs activities carried out by various agencies to reduce stunting rates. Apart from that, the team provided assistance in the form of 2 trays of eggs per family (60 eggs).*

**Keywords:** Nutrition, knowledge, Stunting

## Abstrak

*Permasalahan gizi buruk yang cukup mengemuka akhir akhir ini adalah stunting. Stunting Gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang Kesehatan (Perpres No. 72 Tahun 2021 ttg PPS). Permasalahan yang dihadapi oleh ibu-ibu dari anak stunting, adalah kurangnya pengetahuan pangan bergizi dan kurangnya ketrampilan dalam pengaturan konsumsi pangan dalam keluarga, khususnya di Kelurahan Pesisir Kecamatan Limapuluh Kota Pekanbaru. Berdasarkan dari masalah di atas maka disusunlah solusi sebagai berikut : 1) Peningkatan pengetahuan tentang pangan bergizi, 2) Peningkatan pemahaman dalam pengaturan konsumsi pangan dalam rumah tangga dan 3) Pemberian bantuan. Hasil evaluasi melalui pre test dan post tes melalui penyuluhan diperoleh hasil, terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 60,61% atau pada kriteria cukup (Arikunto, 2006). Hasil ini menunjukkan bahwa sebelum kegiatan penyuluhan sebagian peserta sudah mengenal stunting serta cara pencegahan dan penanganannya. Hal ini dapat dijelaskan karena kelurahan Pesisir Kecamatan Limapuluh Kota Pekanbaru merupakan locus tertinggi stunting (Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (e-PPGBM- 2022). Dengan kondisi tersebut, maka kelurahan Pesisir Kecamatan Limapuluh Kota Pekanbaru mendapatkan perhatian serius guna penurunan angka stunting, Sehingga banyak program kegiatan yang dilaksanakan oleh berbagai instansi guna penurunan angka stunting. Selain itu Tim memberikan bantuan berupa telur per keluarga sebanyak 2 Tray (60 butir).*

**Kata kunci:** Gizi, pengetahuan, Stunting

## 1. PENDAHULUAN

Dampak kenaikan harga BBM (Bahan Bakar Minyak) per 1 April 2022 adalah penurunan daya beli masyarakat karena kenaikan harga barang kebutuhan sehari-hari, termasuk pangan. Pangan adalah hal yang sangat penting untuk kehidupan. Supaya sehat dan cukup gizi, kita harus memperoleh pangan yang aman, bergizi, berimbang dan beragam. Fungsi yang beragam itu dimungkinkan oleh peranan zat gizi yang terkandung dalam pangan. Jenis zat gizi dalam pangan adalah karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air. Semua makanan mengandung satu atau lebih zat gizi tersebut dalam jumlah yang beragam. Setiap jenis zat gizi mempunyai fungsi khusus. Inilah sebabnya keragaman pangan penting bagi kesehatan

Permasalahan gizi, merupakan permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian serius. Baik yang berkenaan dengan gangguan gizi kurang dan gangguan gizi lebih. Akhir-akhir ini gangguan gizi kurang lebih dominan dibanding gangguan gizi lebih. Gangguan gizi kurang, seperti Kekurangan Energi Protein (KEP) atau busung lapar, Kekurangan Vitamin A (KVA), Gangguan Akibat Kekurangan I 2 (GAKI), dan Anemi Gizi Besi (AGB). Sedangkan gangguan gizi lebih antara lain obesitas. Permasalahan gizi buruk yang cukup mengemuka akhir-akhir ini adalah stunting. Stunting Gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang Kesehatan (Perpres No. 72 Tahun 2021 ttg PPS)

Dalam 1.000 hari pertama sebenarnya merupakan usia emas bayi tetapi kenyataannya masih banyak balita usia 0- 59 bulan pertama justru mengalami masalah gizi. Guna menekan masalah gizi balita, pemerintah melakukan gerakan nasional pencegahan stunting dan kerjasama kemitraan multi sektor. Stunting dibentuk oleh *growth faltering* dan *catch up growth* yang tidak memadai yang mencerminkan ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan optimal (World Health Organization, 2014). Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K) menerapkan 160 kabupaten prioritas penurunan stunting. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, terdapat 15 kabupaten/kota dengan prevalensi stunting di atas 50% (Bhutta et al., 2010; UNICEF, 2017).

Data prevalensi stunting di Kota Pekanbaru tahun 2022 lokus tertinggi terdapat di Kelurahan Kelurahan Pesisir (6,76 %), Tanjung Rhu (4,02 %) dan Rumbai Bukit (3,84 %), Tebing Tinggi Okura (0,3 %) dan Limbungan Baru (0,44 %). (Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (e-PPGBM- 2022). Kelurahan Pesisir memiliki luas 0,79 km<sup>2</sup>, terdiri dari 8 Rukun Warga 26 Rukun Tetangga, dengan jumlah penduduk 11.455 jiwa, 3.492 KK. (Kecamatan Limapuluh Dalam angka, 2022). Hasil penelitian, (Lidia Fitri et al, 2020) disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan kejadian stunting pada balita usia 2-5 di Puskesmas Limapuluh Kota Pekanbaru. Hasil penelitian Oktarina dan Sudiarti, (2013), menunjukkan bahwa kejadian stunting pada balita memiliki hubungan dengan berat lahir, tingkat asupan energi tingkat asupan lemak, status ekonomi keluarga jumlah anggota rumah tangga. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Assefa (2013) bahwa faktor determinan lainnya yang berhubungan dengan kejadian stunting adalah faktor sosial ekonomi. Status sosial ekonomi, usia, jenis kelamin dan pendidikan ibu merupakan faktor penting dari status gizi remaja (*underweight* dan *stunting*).

Permasalahan yang dihadapi oleh ibu-ibu dari anak stunting adalah: 1) Kurangnya pengetahuan pangan bergizi dan 2) Kurangnya ketrampilan dalam pengaturan konsumsi pangan dalam keluarga. Berdasarkan dari masalah mitra di atas maka disusunlah solusi sebagai berikut, yaitu 1) Peningkatan pengetahuan tentang pangan bergizi, 2) Peningkatan keterampilan dalam pengaturan konsumsi pangan dalam rumah tangga dan 3) Pemberian bantuan paket telur sebanyak 2 tray per keluarga (60 butir). Untuk mendapatkan gizi yang baik pada anak

diperlukan pengetahuan gizi yang baik dari orang tua agar dapat menyediakan menu pilihan makanan yang seimbang. Tingkat pengetahuan gizi orang tua sangat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan (Fatimah, 2021)

## 2. METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Penyuluhan : pada kegiatan penyuluhan ini akan dijelaskan tentang nilai gizi dari berbagai kolompok pangan terutama kelompok pangan sumber kalori dan protein serta cara pengolahan pangan tersebut sesuai dengan kebutuhan anak balita.
2. Evaluasi : melaksanakan Pre Test dan Post Test untuk melihat sejauh mana peningkatan pengetahuan mitra. Adapun kriteria peningkatan pengetahuan peserta Menurut Arikunto (2006), sebagai berikut:

<60%	= kurang
60% - 75%	= cukup
> 75%	= Sangat Baik

3. Pemberian bantuan paket : telur sebanyak 2 tray per keluarga (60 butir).

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di aula kantor Kelurahan Pesisir Kecamatan Limapuluh Kota Pekanbaru pada hari Rabu, tanggal 23 Agustus 2023 pukul 10.00 sampai pukul 11.30 WIB. Kegiatan ini dibuka oleh sekretaris lurah yaitu ibu Hj. Zukhaira M,M.S, peserta dalam kegiatan ini adalah kader gizi serta ibu dari anak yang dalam kondisi stunting sebanyak 11 (sebelas) orang.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa kegiatan penyuluhan dan pemberian bantuan kepada keluarga yang memiliki anak dalam kondisi stunting. Pengukuran peningkatan pengetahuan dilakukan dengan melaksanakan Pre test sebelum kegiatan penyuluhan dan post test setelah kegiatan penyuluhan. Materi penyuluhan berkenaan dengan stunting diambil dari kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) serta sumber lain yang sudah dipublish. Materi penyuluhan berisikan penyebab serta cara pencegahan/mengatasi stunting.



Gambar 1. a) Pembukaan Kegiatan oleh ibu Sekretaris Lurah Kelurahan Pesisir Kecamatan Limapuluh Kota Pekanbaru  
b) Peserta kegiatan sedang melaksanakan pre test

Materi pencegahan stunting berkaitan dengan pemenuhan zat gizi secara optimal pada periode emas yaitu 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), jadi pencegahan stunting dimulai saat masih berupa janin. Kelompok sasaran pencegahan stunting ditujukan pada pasangan usia subur dan ibu hamil. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah meluncurkan gerakan pencegahan/penanganan stunting dengan slogan “isi Piringku” dimana dalam slogan ini diberikan gambaran prosentase kelompok bahan pangan yang diperlukan pemenuhan gizi baik untuk ibu hamil anak usia baduta dan balita, seperti disajikan pada gambar 2.



Gambar 2. " Isi Piringku” untuk ibu hamil, anak usia Baduta dan Balita

Materi yang diberikan pada kegiatan penyuluhan juga tentang pentingnya memperhatikan jenis makanan, bentuk makanan, porsi dan frekuensi makanan yang diberikan kepada anak usia Baduta dan Balita. Dalam mempersiapkan makanan juga harus memperhatikan aneka ragam makanan, cara memasak yang tepat (untuk mempertahankan kandungan zat gizinya), perhatikan warna, tekstur, rasa, dan penampilan, serta mempertimbangkan harga sesuai dengan kemampuan. Makanan merupakan sumber nutrisi bagi tubuh. Makanan yang disarankan adalah makanan sehat yang mengandung gizi seimbang sesuai kebutuhan anak. Selain kualitas makanan, kuantitas dalam pemberian makan juga cukup penting dalam mendukung tumbuh kembang anak. Pemberian frekuensi makan yang jarang (<4 kali) dan jumlah kalori yang kurang akan berdampak pada malnutrisi pada anak karena tubuh akan mengubah cadangan lemak menjadi energi (Afework, 2021).



Gambar 3. Peserta kegiatan sedang memperhatikan materi penyuluhan

Materi penyuluhan juga menjelaskan nilai gizi dari beberapa bahan pangan yang tinggi nilai gizinya yang diperlukan untuk ibu hamil dan anak usia Baduta dan Balita namun harganya murah. Misalnya kelompok pangan kacang-kacangan yang mengandung nilai gizi protein tinggi (tempe), sumber asam folat (kacang hijau) serta sumber protein hewani (telur), dan sumber kalsium (ikan teri), serta zat gizi lainnya. Diakhir sesi penyuluhan, Tim Pengabdian melakukan post test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta, data disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Peningkatan Pengetahuan

No	Pertanyaan	Pre Test (%)		Post Test (%)		Peningkatan (%)
		Ya/tahu	Belum/tdk tahu	Ya/tahu	Belum/tdk tahu	
1.	Apakah ibu sudah mengenal stunting	66,63	33,37	100	0	33,37
2.	Apakah ibu tahu bahwa stunting dapat berdampak buruk pada anak?	54,55	45,45	100	0	45,45
3.	Apakah ibu sudah tahu penyebab terjadinya stunting?	36,36	63,64	100	0	63,64
4.	Apakah ibu tahu bahwa stunting dapat dicegah?	36,36	63,64	100	0	63,64
5.	Apa ibu tahu cara mencegah stunting?	36,36	63,64	100	0	63,64
6.	Apa ibu tahu 1000 hari pertama kehidupan	36,36	63,64	100	0	63,64
7.	Apakah ibu tahu nutrisi penting untuk ibu hamil?	18,18	81,82	100	0	81,82
8.	Apakah ibu tahu kelompok pangan yang harus ada untuk anak umur < 2 tahun?	27,27	72,73	100	0	72,73
9.	Apakah tahu pangan yang bergizi tidak hanya pada pangan yang mahal harganya	72,73	27,27	100	0	27,27
10.	Pemberian makanan pada anak balita harus memperhatikan jenis, bentuk, porsi dan frekwensi	9,09	90,91	100	0	90,91
Peningkatan Pengetahuan pengetahuan						60,61
Penilaian peserta terhadap manfaat kegiatan pengabdian						
Apakah kegiatan pengabdian masyarakat ini bermanfaat.				100 % sangat bermanfaat		

Sumber: Data primer

Hasil pre test dan post test dapat dijelaskan bahwa dengan dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul: “Penanganan Stunting Berbasis Pemilihan Pangan Dan Pengaturan Pola Konsumsi Pangan Di Kelurahan Pesisir Kecamatan Limapuluh Kota Pekanbaru”, terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 60,61% atau pada kriteria cukup (Arikunto, 2006). Hasil ini menunjukkan bahwa sebelum kegiatan penyuluhan sebagian peserta sudah mengenal stunting serta cara pencegahan dan penanganannya. Hal ini dapat dijelaskan karena kelurahan Pesisir Kecamatan Limapuluh Kota Pekanbaru merupakan lokus tertinggi stunting (Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (e-PPGBM- 2022). Dengan kondisi tersebut, maka kelurahan Pesisir Kecamatan Limapuluh Kota Pekanbaru mendapatkan perhatian serius guna penurunan angka stunting, Sehingga banyak program kegiatan yang dilaksanakan oleh berbagai instansi guna penurunan angka stunting. Oleh karena itu cukup wajar jika peningkatan pengetahuan tidaklah 100%, yang berarti sebagian peserta sudah mengetahui tentang stunting serta cara pencegahan dan penanganannya. Selain mengukur peningkatan pengetahuan, tim pengabdian juga mengukur penilaian peserta terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian. Hasil pengukuran penilaian peserta terhadap kegiatan pengabdian masyarakat, seluruh peserta (100%) menilai kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat bermanfaat. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, tim pengabdian juga memberikan bantuan berupa telur sebanyak 2 tray (60 butir) untuk setiap rumah tangga yang anaknya balitanya mengalami stunting, seperti gambar 5.



Gambar 4. Foto bersama dengan ibu Sekretaris Lurah, Kader Gizi dan peserta setelah selesai kegiatan

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Kelurahan Pesisir Kecamatan Limapuluh Kota Pekanbaru “Penanganan Stunting Berbasis Pemilihan Pangan Dan Pengaturan Pola Konsumsi Pangan” dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pengetahuan mitra tentang stunting, pencegahan dan penanganannya meningkat sebesar 60,61%, dengan kriteria cukup.
2. Seluruh peserta menilai kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat bermanfaat.

3. Warga mendapatkan paket telur sebanyak 2 tray per keluarga, untuk menambah asupan pangan keluarga.

Berdasarkan hasil kegiatan, maka guna pencegahan stunting, disarankan kegiatan pengabdian seperti ini perlu diperluas pada wilayah Rukun Warga dengan mengundang lebih banyak peserta terutama pasangan usia subur serta pasangan pengantin baru.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Pertanian Universitas Lancang Kuning yang telah memberi dukungan **financial** terhadap pengabdian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Afework, E. Mengesha, S. and Wachamo, D. (2021). Stunting and Associated Factors among Under-Five-Age Children in West Guji Zone, Oromia, Ethiopia. doi: 10.1155/2021/8890725
- Allan, B. (1986). Peranan Gizi Dalam Pembangunan Nasional. Jakarta.
- Arikonto, S. (2006). Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktik, Rineka Cipta. Jakarta. eprints.ums.ac.id
- Assefa, H., Belachew T., & Negash L. (2013) .Socioeconomic Factors Associated with Underweight and Stunting among Adolescents of Jimma Zone, South West Ethiopia: A Cross-Sectional Study. Hindawi Publishing Corporation ISRN Public Health Volume Article ID 238546, 7 pages <http://dx.doi.org/10.1155/2013/238546>
- Bhutta, Z. A., Ahmed, T., Black, R. E., Cousens, S., Dewey, K., Giugliani, E., ... Shekar, M. (2010). What works? Interventions for maternal and child undernutrition and survival. *The Lancet*, 371(9610), 417–440. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61693-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61693-6)
- Fatimah, N. (2021). Perilaku Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil. *Jurnal ilmu kesehatan*. 15 (2): 97-104
- Lidia Fitri dan Evis Ritawani, Yollanda Mentiana, (2020). Hubungan Asupan Energi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun Kota Pekanbaru. *Jurnal: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*.
- Oktarina, Z dan Trini Sudiarti, (2013). Faktor Risiko Stunting Pada Balita (24—59 Bulan) Di Sumatera (Risk Factors of Stunting among Children [24—59 months] in Sumatera. *Jurnal Gizi dan Pangan*, November 2013
- Rizqie Auliana. (2012). Gizi dan Pengolahan Pangan. Aditya. Yogyakarta.
- UNICEF. (2017). Prevalensi Stunting Balita Indonesia Tertinggi Kedua di ASEAN, 1
- World Health Organization. (2014). Childhood Stunting: Challenges and opportunities. Report of a Promoting Healthy Growth and Preventing Childhood Stunting colloquium. WHO Geneva, 34.