

Pemberdayaan Kelompok PKK Melalui Kelas Ibu Balita dan Pembuatan Makanan Tambahan Lokal dalam Upaya Pencegahan Stunting

Halida Thamrin^{1*}, Nurlina Akbar², Nurgahayu³

^{1,2}Prodi Kebidanan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

³Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

*Halida Thamrin

Email: halida.thamrin@umi.ac.id

Alamat: Jl. Urip Sumohardjo KM 5

History Artikel

Received: 24 November 2023

Accepted: 19 Februari 2024

Published: 28 Februari 2024

Abstrak.

Gizi dan nutrisi yang diberikan selama 1000 hari pertama kehidupan seorang anak sangatlah penting. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi balita *stunted* berdasarkan kabupaten/kota Kabupaten Takalar menduduki peringkat ke 7 angka stunting tertinggi di Sulawesi Selatan. Data Desa Tonasa Kec. Sanrobone Kab. Takalar terdapat 101 anak yang mengalami stunting. Prevalensi masalah gizi pada anak di bawah usia lima tahun tidak hanya disebabkan oleh kemiskinan, tetapi juga karena kurangnya pengetahuan dan praktik mengenai pengasuhan anak, serta metode pemberian makan yang tidak memadai. Tujuan utama dari inisiatif ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap program pendidikan yang dirancang untuk ibu yang memiliki balita. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat terhadap kesehatan bayi, serta mendorong pola hidup sehat bagi seluruh individu guna mencapai derajat kesehatan yang optimal. Untuk meningkatkan kesejahteraan bayi dan anak balita, perlu memberikan pendidikan kepada ibu mengenai kebutuhan khusus anak di bawah usia lima tahun. Luaran dari kegiatan ini menunjukkan dampak positif, yaitu terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebesar 16,9%. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat dimanfaatkan untuk mengatasi permasalahan gizi pada balita di Kabupaten Takalar yang menjadi wilayah sasaran intervensi terpadu yang bertujuan menurunkan stunting. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya nyata untuk mendorong ibu-ibu yang tergabung dalam Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang kesehatan anak usia dini, karena mereka memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga dan dalam mendukung upaya pemerintah untuk meningkatkan kesehatan masyarakat.

Kata Kunci: Kelas ibu balita; Makanan Pendamping; Ubi jalar ungu

Abstract

The nutrition and nutrition provided during the first 1000 days of a child's life is very important. In the 2022 Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI), the prevalence of stunted toddlers by district/city Takalar Regency is ranked 7th highest stunting rate in South Sulawesi. Data from Tonasa Village, Sanrobone District, Takalar Regency, there are 101 children who are stunted. The prevalence of nutritional problems in children under the age of five is due not only to poverty, but also to lack of knowledge and practices regarding childcare, as well as inadequate feeding methods. The main objective of the initiative is to raise public awareness of educational programs designed for mothers of

toddlers. The purpose of this activity is to increase public awareness and understanding of infant health, as well as encourage a healthy lifestyle for all individuals to achieve optimal health. To improve the welfare of infants and children under five, it is necessary to provide education to mothers regarding the special needs of children under the age of five. The output of this activity showed a positive impact, namely an increase in participants' knowledge by 16.9%. This increase in knowledge is expected to be used to overcome nutritional problems in toddlers in Takalar Regency which is the target area of integrated intervention aimed at reducing stunting. Therefore, concrete efforts need to be made to encourage mothers who are members of Family Welfare Empowerment (PKK) to improve their understanding of early childhood health, as they play an important role in improving family welfare and in supporting the government's efforts to improve public health.

Keyword: Toddler mother class; Complementary Meals; Purple sweet potato

Pendahuluan

1000 hari pertama kehidupan seorang anak, yang mencakup kehamilan, masa bayi, dan anak usia dini, merupakan periode penting bagi nutrisi dan dampak jangka panjangnya. Pemberian nutrisi yang cukup pada masa ini, termasuk kesehatan ibu selama kehamilan, menyusui, pengenalan makanan pendamping ASI, dan perkembangan secara keseluruhan selama masa balita, berperan penting dalam menentukan hasil kesehatan anak. Meskipun faktor genetik berkontribusi terhadap sekitar 20% kondisi kesehatan anak, 80% sisanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan, seperti pemberian makanan bergizi dan pola hidup sehat. Memastikan nutrisi yang tepat selama periode ini sangat penting untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Bardosono, 2019).

Penyelenggaraan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) berfungsi sebagai metode penerapan pengetahuan multidisiplin untuk mengatasi permasalahan praktis yang muncul di lingkungan masyarakat, khususnya di pedesaan. Pendekatan ini mengadopsi pendekatan interdisipliner dan lintas sektoral, mendorong perolehan pengalaman belajar yang berharga baik bagi dosen maupun masyarakat melalui inisiatif pembangunan desa yang konkrit. Selain itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk membangun

keterkaitan yang kuat antara dunia teoritis akademis dan dunia praktis bukti empiris.

Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi balita *stunted* berdasarkan kabupaten/kota Kabupaten Takalar menduduki peringkat ke 7 dengan angka stunting tertinggi di Sulawesi Selatan. Data Desa Tonasa Kec. Sanrobone Kab. Takalar terdapat 101 anak yang mengalami stunting. Mengingat permasalahan yang teridentifikasi, penting untuk memprioritaskan kesejahteraan bayi dengan menumbuhkan pemahaman komprehensif dan perhatian terhadap kesehatan mereka. Upaya ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemahiran masyarakat dalam menjaga pola hidup sehat bagi seluruh individu, sehingga menjamin tercukupinya kebutuhan gizi balita.

Kesejahteraan gizi anak balita dipengaruhi oleh pemahaman ibu tentang gizi dan pemberian makanan bergizi yang mengandung zat gizi penting seperti karbohidrat, protein, dan energi. Pendekatan untuk meningkatkan kesehatan gizi balita melibatkan peningkatan pengetahuan ibu mengenai kebutuhan gizi anak, yang dapat dicapai melalui strategi seperti memberikan panduan kepada ibu mengenai pemilihan dan penyiapan pilihan makanan bergizi seimbang. (Puspasari and Andriani, 2017). Untuk meningkatkan kesejahteraan bayi dan balita dan untuk menyelaraskan dengan inisiatif pemerintah yang bertujuan

mengurangi angka stunting, pemerintah menekankan pada penerapan sebelas intervensi yang ditargetkan yang melayani dua tahap pertumbuhan yang berbeda. Tahapan tersebut meliputi fase prenatal, meliputi kehamilan, dan fase postnatal, yang secara khusus menyasar bayi berusia 0-24 bulan. Di antara sebelas program tersebut, terdapat kampanye pendidikan yang mencakup kedua fase pertumbuhan. Tujuan dari program ini adalah untuk membekali para ibu dengan pendidikan kesehatan yang komprehensif mengenai kebutuhan balita mereka.

Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) merupakan lembaga kemasyarakatan yang bertujuan untuk memajukan kemajuan perempuan dan keterlibatannya dalam pembangunan kesejahteraan Indonesia. Organisasi ini beroperasi di bawah payung Tim Penggerak PKK desa atau kabupaten, yang dapat dibentuk berdasarkan kriteria geografis atau fungsional.

Pemberdayaan perempuan dalam hal peningkatan derajat kesehatan keluarga memiliki andil yang sangat besar dalam mengasuh, mendidik serta menyediakan makanan untuk keluarganya. Peran seorang perempuan dalam megasuh, mendidik, dan menyediakan makanan untuk keluarga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan seorang ibu, karena pendidikan dan pengetahuan merupakan modal utama khususnya perawatan anak balita dalam pemberian MP-ASI, pengasuhan, dan perawatan.

Terdapat beragam kategori MP-ASI, meliputi buah-buahan, kue, biskuit, puding, dan sejenisnya. Ubi jalar ungu, karena banyaknya nutrisi, terutama karbohidrat, dianggap sebagai pilihan makanan yang sehat dan bermanfaat. Selain itu, di Indonesia, ubi jalar dijadikan sebagai makanan pokok. Selain warnanya yang menarik dan rasanya yang lezat, ubi jalar ungu mengandung banyak nutrisi penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, menjadikannya pilihan yang tepat untuk MP-ASI (Mufidah, Widyarningsih and Maligan, 2015).

United State Department of Agriculture menyatakan dalam setiap 100 gram ubi ungu mengandung: 86 kilokalori, 20,1 gram karbohidrat, 1,6 gram protein, 3 gram serat, 30 gram kalsium, 0,6 gram zat besi, dan 77%

air juga mengandung antosianin, glikoprotein, karoten, dan unsur gizi lainnya yang baik untuk bayi. Manfaat ubi jalar ungu untuk bayi adalah memenuhi kebutuhan vitamin, melancarkan pencernaan, mencegah anemia, meningkatkan fungsi otak, menambah berat badan anak (Generasi Bersih dan Sehat, 2022).

Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu :

a. Ceramah

Metode ini digunakan untuk menyajikan materi-materi yang berbentuk pengetahuan dan pemahaman tentang ASI eksklusif, imunisasi, MP-ASI, tumbuh kembang, dan perawatan bayi. Pelatihan pembuatan MP-ASI lokal dari bahan ubi ungu.

b. Tanya jawab

Tanya jawab dilakukan apabila ada pertanyaan atau materi yang belum dipahami oleh para ibu. Baik materi yang berkaitan dengan kesehatan balita, gizi dan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak ataupun cara pembuatan MP-ASI.

c. Demonstrasi

Metode ini digunakan untuk menunjukkan cara pembuatan MP-ASI lokal bahan dasar ubi jalar ungu.

d. Evaluasi



Gambar 1. Proses Pre Test

Dilakukan pre dan post test untuk melihat perubahan pengetahuan sebelum dan setelah dilaksanakan sosialisasi dan penyuluhan.

Hasil dan Pembahasan

Program kemitraan masyarakat ini melibatkan peran serta ibu PKK sebagai target kegiatan. Kegiatan ini bertujuan tujuan umum dari kegiatan ini yaitu sebagai upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang stunting dan kelas ibu balita. Partisipan yang hadir dalam kegiatan PkM ini berjumlah 22 orang peserta, dimana usia termuda 20 tahun dan usia tertua 51 tahun. Pendidikan terendah SMP dan yang tertinggi adalah Strata 1.

Tabel 1. Karakteristik Partisipan

| Karakteristik | n = 22 | | % |
|---------------|-----------|------------|------------|
| | Min | Max | |
| Umur (tahun) | 20 - 51 | | 34,59±9,05 |
| 20 - 35 | 13 | | 59,1 |
| 36 - 51 | 9 | | 40,9 |
| Pendidikan | | | |
| Rendah | 1 | | 4,5 |
| Tinggi | 21 | | 95,5 |
| Total | 22 | 100 | |

Berdasarkan hasil pengabdian yang telah dilakukan oleh tim pengabdian dari tim dosen dan mahasiswa FKM UMI didapatkan tingkat pengetahuan ibu PKK Desa Tonasa, Kec. Sanrobone, Kab. Takalar mengenai pendidikan kesehatan menunjukkan peningkatan yang positif setelah diberikan intervensi.

Hasil pre dan post test pada topik 1 tentang stunting menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan yaitu 64,3% menjadi 79,9% setelah diberikan intervensi penyuluhan. Peningkatan pengetahuan berdasarkan kategori kurang, cukup, dan baik yang mengalami peningkatan pesat terjadi pada kategori “Baik”.



Gambar 2. Perubahan Pengetahuan tentang Stunting

Hasil pre dan post test pada topik 2 tentang kelas ibu balita juga menunjukkan peningkatan pengetahuan yaitu 54,5%

menjadi 72,7% setelah diberikan intervensi penyuluhan. Peningkatan pengetahuan berdasarkan kategori kurang, cukup, dan baik yang mengalami peningkatan paling besar terjadi pada kategori “Baik”.



Gambar 3. Perubahan Pengetahuan tentang Kelas Ibu Balita

Berdasarkan hasil pengabdian yang telah dilakukan oleh tim pengabdian dari tim dosen dan mahasiswa FKM UMI didapatkan tingkat pengetahuan ibu PKK Desa Tonasa, Kec. Sanrobone, Kab. Takalar mengenai stunting dan kelas ibu balita menunjukkan peningkatan yang positif setelah diberikan intervensi. Kondisi ini menunjukkan bahwa secara umum pengetahuan bu PKK cukup baik. Hal ini dikarenakan semua peserta yang juga merupakan merupakan kader kesehatan yang aktif mengelola posyandu di wilayahnya dan juga dikarenakan tingkat pendidikan para ibu PKK rata-rata memiliki tingkat pendidikan yang tinggi (SMA dan PT). Para ibu PKK semangat dan aktif dalam mengikuti jalannya kegiatan pengabdian ini. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan metode ceramah tanya jawab sehingga menambah keaktifan para peserta dalam bertanya. Peningkatan pengetahuan ini tidak hanya dikarenakan pemberian materi secara langsung tapi juga karena adanya pemberian buku saku bagi para peserta. Pendidikan kesehatan ini juga diperjelas dengan adanya simulasi tentang pembuatan makanan tambahan atau makanan pendamping ASI. Menurut Ratnawati tahun 2014 menunjukkan bahwa pelatihan dengan menggunakan metode simulasi terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dalam penerapan makanan beraneka ragam dan bermutu gizi seimbang (Retnawati et al., 2014).



Gambar 4. Pemberian Materi

Kesimpulan

Implementasi program penyuluhan kesehatan dan pelatihan penyiapan makanan pendamping ASI lokal dengan bahan utama ubi jalar ungu menghasilkan peningkatan pemahaman peserta terhadap topik ini sebesar 16,9%. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat bermanfaat dalam mengatasi tantangan gizi pada anak usia dini di Kabupaten Takalar. Wilayah ini secara khusus menjadi sasaran intervensi terpadu yang bertujuan menurunkan angka stunting karena terbatasnya pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan anak, gizi, dan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan. Dimasukkannya pilihan menu yang beragam dalam pemberian makanan pendamping ASI semakin memperkuat upaya ini.

Untuk mencegah gangguan gizi pada balita secara efektif, diperlukan koordinasi antar berbagai pemangku kepentingan, khususnya Puskesmas dan pemerintah desa setempat. Oleh karena itu, penting untuk menerapkan langkah-langkah konkrit untuk mendorong peningkatan literasi kesehatan pada anak usia dini, dimana ibu-ibu PKK berperan sebagai advokasi kesejahteraan keluarga. Hal ini akan berkontribusi pada keberhasilan pelaksanaan program kesehatan pemerintah yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam terlaksananya upaya pengabdian ini, khususnya Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat (LPkM) Universitas Muslim Indonesia.

Daftar Pustaka

- Bardosono, S. (2019) *Pentingnya Pemenuhan Nutrisi dan Gizi pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan Anak*, Universitas Indonesia. Available at: <https://www.ui.ac.id/pentingnya-pemenuhan-nutrisi-dan-gizi-pada-1-000-hari-pertama-kehidupan-anak/> (Accessed: 29 March 2023).
- Farida, A. (2016) 'Urgensi Perkembangan Motorik Kasar pada Perkembangan Anak Usia Dini', *Jurnal Raudhah*, 4(2). Available at: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30829/raudhah.v4i2.52>.
- Generasi Bersih dan Sehat (2022) *Sadar Stunting Nutrisi Kaya Nutrisi, Ini 4 Manfaat Ubi Ungu Sebagai MP-ASI Anak*, <https://genbest.id/articles/kaya-nutrisi-ini-4-manfaat-ubi-ungu-sebagai-mpasi-anak>.
- Kementerian Keuangan RI (2014) *Undang Undang No. 6 Tahun 2014*. Available at: <https://jdih.kemenkeu.go.id/fulltext/2014/6TAHUN2014UU.htm> (Accessed: 20 March 2020).
- Maryunani, A. (2015) *Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Mufidah, L., Widyaningsih, T.D. and Maligan, J.M. (2015) 'Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) untuk Bayi 6-24 Bulan: Kajian Pustaka', *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 3(4), pp. 1646–1651.
- Prastiwi, M.H. (2019) 'Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia 3-6 Tahun', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 8(2), pp. 242–249. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.162>.

- Puspasari, N. and Andriani, M. (2017) 'Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan', *Amerta Nutrition*, 1(4), p. 369. Available at: <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.2017.369-378>.
- Winarsi, H. and Nuraeni, I. (2014) *Makanan Pendamping ASI*. Yogyakarta: Graha Ilmu.