

PENYULUHAN MENGENAI PENCEGAHAN STUNTING DAN MANFAAT IKAN KEMBUNG UNTUK PENINGKATAN SIKAP IBU DALAM MEMBERIKAN MAKANAN TINGGI PROTEIN BAGI BALITA

Nurjannah Supardi^{1*}, Asti Vebriyanti Asjur², Rini Jusriani³

¹Jurusan S1 Kebidanan, Universitas Megarezky

²Jurusan Profesi Apoteker, Universitas Megarezky

³Jurusan S1 Gizi, Institut Teknologi dan Kesehatan Tri Tunas Nasional

***Corresponding Author**

(Nurjannah Supardi)

Email:

nurjannahsupardi90@gmail.com

Alamat: Jl. Antang Raya No.46 –
Makassar

History Artikel

Received: 12-11-2023

Accepted: 20-11-2023

Published: 25-12-2023

Abstrak.

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang harus ditangani secara serius. Indonesia termasuk negara dengan tingkat prevalensi stunting kelima terbesar. Stunting terjadi mulai dari dalam kandungan dan baru terlihat saat anak berumur dua tahun. Penyuluhan merupakan salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan maupun merubah sikap ibu yang memiliki balita agar dapat memberikan makanan yang tepat bagi balita untuk mencegah stunting sejak dini. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi mengenai pencegahan stunting dan manfaat ikan kembung bagi balita untuk meningkatkan sikap ibu dalam mencegah stunting dan memberikan ikan sebagai makanan tinggi protein bagi balita. Metode yang digunakan yaitu penyuluhan dan tanya jawab antara peserta dan pemtaeri. Hasil kegiatan pengabdian ini dibuktikan dengan keaktifan peserta dalam kegiatan dan meningkatnya sikap ibu dalam memberikan makanan berbahan dasar ikan bagi balita sesuai dengan hasil pengukuran pretest dan posttest. Hasil kegiatan ini telah mampu meningkatkan sikap ibu untuk mencegah stunting pada balita.

Kata Kunci: *Stunting; Ikan Kembung; Balita; Protein Hewani*

Abstract

Stunting is a public health problem that must be treated seriously. Indonesia is one of the countries with the fifth largest stunting prevalence rate. Stunting occurs starting in the womb and only becomes visible when the child is two years old. Counseling is one strategy that can be carried out to increase knowledge and change the attitudes of mothers who have toddlers so that they can provide the right food for toddlers to prevent stunting from an early age. The aim of this community service activity is to provide education about preventing stunting and the benefits of mackerel for toddlers to improve mothers' attitudes in preventing stunting and providing fish as a high-protein food for toddlers. The method used is counseling and question and answer between participants and government officials. The results of this service activity are proven by the participants' activeness in the activity and the increasing attitude of mothers in providing fish-based food for toddlers according to the results of pretest and posttest measurements. The results of this activity have been able to improve mothers' attitudes to prevent stunting in toddlers.

Keyword: *Stunting; Mackerel; Toddler; Animal protein*

Pendahuluan

Saat ini jumlah penduduk Indonesia mencapai lebih dari 250 juta jiwa. Meskipun jumlah tersebut sangat besar, namun sayangnya tidak didukung oleh kualitas Sumber Daya Manusia (SDM), yang dinilai masih kurang dengan Negara-negara lain. Penyebab rendahnya SDM tersebut salah satunya adalah malnutrisi. Malnutrisi kronis ditandai dengan stunting dan fungsi kognitif yang rendah. Stunting merupakan target *Sustainable Development Goals* (SDGs), di mana target yang ditetapkan adalah menurunkan *stunting* hingga 40% pada tahun 2025 (Sarman & Darmin, 2021).

Stunting adalah kondisi tinggi badan seseorang lebih pendek dibanding tinggi badan orang lain pada umumnya (yang seusia). Stunting adalah gangguan pertumbuhan linier yang tidak sesuai dengan umur yang mengindikasikan kejadian jangka Panjang serta merupakan dampak akumulatif dari ketidakcukupan konsumsi zat gizi, kondisi kesehatan yang buruk dan pengasuhan yang tidak memadai (Aridiyah, *et al.*, 2015 dalam (Adriansyah *et al.*, 2020).

Stunting disebabkan oleh banyak faktor, baik faktor yang langsung maupun tidak langsung. Faktor langsung penyebab stunting berupa asupan makanan, berat badan lahir dan penyakit, sedangkan faktor tidak langsung seperti faktor ekonomi, budaya, pendidikan dan pekerjaan, serta fasilitas pelayanan kesehatan.

Faktor penyebab stunting dapat dikategorikan menjadi penyebab dasar (basic cause), penyebab yang mendasari (underlying cause) dan penyebab langsung (immediate cause). Penyebab dasar merupakan penyebab yang sangat luas, menyangkut kepada khalayak banyak, penyebab yang mendasari dibagi menjadi level masyarakat dan level keluarga yang dipengaruhi oleh penyebab dasar, sedangkan penyebab langsung merupakan penyebab yang berdampak secara langsung kepada keadaan stunting seperti

pemberian asupan makan, pola asuh dan penyakit infeksi atau status kesehatan anak. Seluruh penyebab terjadinya stunting saling berkaitan dan memberikan pengaruh atau determinasi yang signifikan.

Dalam mencegah tingginya angka stunting, perlu melakukan berbagai strategi. Pemerintah Republik Indonesia telah merancang dua jenis intervensi stunting, yaitu intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitif (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, 2017). Intervensi gizi spesifik yaitu intervensi yang dilakukan sebagai upaya penurunan stunting, ditujukan untuk perbaikan gizi anak dalam usia 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Pada umumnya, intervensi dilakukan pada sektor kesehatan, bersifat jangka pendek dimulai masa kehamilan hingga balita, intervensi ini berkontribusi terhadap penurunan stunting sebesar 30%.

Kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan memengaruhi tingkat kesehatan pada tingkat individu maupun masyarakat. Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat memengaruhi keadaan gizi. Agar terhindar dari berbagai penyakit kronis atau Penyakit Tidak Menular (PTM) yang berkaitan dengan gizi, maka pola makan masyarakat perlu ditingkatkan kearah konsumsi gizi seimbang (Supardi *et al.*, 2023).

Di Sulawesi Selatan, kejadian stunting tertinggi dialami anak-anak di wilayah Kabupaten Jeneponto. Di wilayah kerja posyandu Kamboja, jumlah balita sasaran yakni 55 balita dengan angka kejadian gizi kurang sebesar kurang lebih 5%. Atas dasar data yang telah diperoleh, tim PMP merasa perlu melakukan upaya penanganan serta pencegahan kasus stunting dengan memanfaatkan bahan baku sesuai kearifan lokal di wilayah ini.

Ikan merupakan salah satu jenis protein heme yang memiliki tingkat penyerapan zat besi yang baik. Kandungan protein pada ikan mencapai 18% dan terdiri

dari asam amino esensial (Rachmah *et al.*, 2020).

Diperairan Jeneponto, ikan kembung dapat diperoleh dengan mudah serta harga yang murah. Ikan mengandung asam lemak tidak jenuh esensial yang dibutuhkan tubuh. Ikan kembung memiliki omega 3 dan protein yang tinggi yang berguna untuk perbaikan gizi masyarakat khususnya balita (Damayanti *et al.*, 2017).

Khususnya pada spesies ikan berukuran kecil yang dikonsumsi seluruh bagiannya mulai dari bagian kepala hingga tulang, yang bisamenjadi sumber mineral penting seperti yodium, selenium, seng, besi, kalsium, fosfor dan kalium, dan juga vitamin seperti vitamin A dan vitamin D, dan beberapa vitamin dari kelompok B (State & Fisheries, 2014).

Hasil penelitian oleh Sri Hendrawati dan Irfan Zidni (2017) mengemukakan bahwa masih terdapat sebagian kecil dari anak yang tidak menyukai ikan yakni sebanyak 6 orang (21,43%) dan terdapat sekitar 12 orang tua (42,86%) yang tidak menjadikan ikan sebagai makanan sehari-hari untuk anak dan keluarga. Sehingga ditarik kesimpulan bahwa konsumsi ikan pada anak usia dini masih tergolong rendah (Hendrawati & Zidni, 2017).

Preferensi anak terhadap ikan didefinisikan sebagai tingkat kesukaan balita terhadap ikan dengan indikator pernyataan yang diberikan oleh balita dan juga sikap balita saat diberikan makanan ikan, menolak atau menerima. Berdasarkan hasil penelitian, sekitar 13% balita tidak menyukai ikan sehingga tidak mau mengonsumsi ikan. Dari hasil wawancara, hal tersebut disebabkan bau ikan yang amis. Alasan lain yaitu pola makan balita yang hanya mau mengonsumsi makanan tertentu saja (Azkia *et al.*, 2020).

Mitra pada kegiatan pengabdian ini adalah masyarakat di wilayah kerja Posyandu Kamboja di Kelurahan Empoang Kecamatan Binamu Kabupaten Jeneponto yang berjarak sekitar 75 kilometer dari Universitas Megarezky. Waktu tempuh perjalanan ke wilayah mitra dapat ditempuh menggunakan kendaraan roda 4.

Mitra pada pengabdian ini berjumlah 3 orang dari kader Posyandu Kamboja (Ketua Kader yakni Ibu Sariagi dan 15 orang dari

ibu balita di wilayah kerja Posyandu Kamboja. Dari 11 orang ibu balita yang berhasil di wawancarai saat observasi tim pengabdian, didapatkan hasil bahwa 1 ibu memiliki balita dengan kategori gizi kurang dan 6 ibu balita yang mengatakan bahwa balita mereka pernah atau sedang mengalami kondisi gagal tumbuh (berat badan tidak bertambah dalam 2 bulan). Status gizi kurang dan kondisi gagal tumbuh merupakan kondisi yang sangat berisiko menimbulkan kejadian stunting jika tidak ditangani secara optimal.

Dari hasil observasi awal ditemukan bahwa saat anak mulai makan di usia 6 bulan, sebagian besar ibu-ibu tidak langsung memberikan menu lengkap kepada bayi yang terdiri dari karbohidrat, protein hewani dan nabati, lemak, dan sayuran. Para ibu cenderung memberikan bubur fortifikasi pada anak pada awal makan di usia 6 hingga 8 bulan. Hal ini dapat menjadikan anak tidak familiar dengan makanan asli khas rumah sehingga nantinya anak tidak terbiasa dan tidak suka dengan makanan berbasis pangan lokal.

Salah satu program yang dijalankan oleh mitra sasaran adalah penyuluhan dan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita setempat. Program yang dijalankan kader kaitan erat dengan kepakaran tim pengabdian dengan latar belakang sebagai bidan, ahli gizi dan apoteker. Hal ini dikarenakan program yang dijalankan oleh kader merupakan program yang juga dijalankan oleh tim pengabdian di institusi tempat tim pengabdian bekerja yaitu Universitas Megarezky.

Oleh karena itu salah satu upaya pencegahan kejadian stunting yang dapat dilakukan yaitu dengan meningkatkan pengetahuan sikap mitra dalam memberikan makanan yang mengandung protein hewani berbasis pangan lokal bagi balita di wilayah kerja Posyandu Kamboja Kabupaten Jeneponto. Melalui pengayaan pengetahuan serta keterampilan bagi kader kesehatan diharapkan dapat meningkatkan sikap ibu dalam memberikan makanan bergizi bagi balita serta bisa meningkatkan ilmu pengetahuan baru mengenai masalah stunting serta penanganannya (Adistie *et al.*, 2018).

Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan sikap ibu balita dalam memberikan makanan bergizi berbasis pangan lokal bagi balita serta meningkatkan keterampilan mengolah ikan kembung menjadi makanan yang disukai balita. Kegiatan ini melibatkan 2 orang mahasiswa yang dapat direcognisi kedalam bentuk kegiatan MBKM.

Metode

Kegiatan Pengabdian Masyarakat Pemula ini dilakukan dengan memberikan edukasi melalui penyuluhan bagi ibu balita di wilayah kerja Posyandu Kamboja Puskesmas Bontosunggu Kota Kabupaten Jeneponto. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 9 September 2023 dengan jumlah peserta sebanyak 32 orang. Pelaksanaan kegiatan PMP ini terdiri dari 3 tahapan yaitu: Perencanaan, Pelaksanaan, dan Evaluasi.

a. Perencanaan

Pada tahap ini dilakukan pembentukan dan pembekalan kepada mitra. Tim PMP melakukan pertemuan untuk mempersiapkan kegiatan pengabdian dengan melibatkan 2 orang mahasiswa dari prodi S1 Gizi. Tim PMP kemudian menyusun rencana pelaksanaan pengabdian dan mensosialisasikan kepada mitra.

b. Pelaksanaan

1. Pretest

Tahapan pelaksanaan dilakukan dengan terlebih dahulu melakukan pretest mengenai sikap ibu dalam memberikan makanan berupa ikan yang mengandung protein hewani.

2. Penyuluhan

Penyuluhan dilakukan dengan memberikan materi mengenai pencegahan stunting dan manfaat ikan kembung bagi balita untuk pencegahan stunting

3. Tanya jawab

Tanya jawab adalah metode mengajar yang memungkinkan terjadinya komunikasi langsung yang

bersifat *two way traffic* sebab pada saat yang sama terjadi dialog antara pemateri dan penerima materi. Sesi Tanya jawab ini digunakan untuk mengulang kembali materi yang sudah diberikan.

c. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan dengan melakukan posttest mengenai sikap ibu setelah mendapatkan penyuluhan mengenai pencegahan stunting dan manfaat ikan bagi balita

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode pemberian edukasi bagi ibu yang memiliki balita berupa penyuluhan dan diskusi tanya jawab pada tanggal 9 September 2023.

Tahap pertama dilakukan perencanaan mengenai tempat dan alat yang dibutuhkan untuk kegiatan pengabdian. Selanjutnya dilakukan tahapan pelaksanaan dengan memberikan penyuluhan dan diskusi tanya jawab bagi para peserta pengabdian. Jumlah peserta pada kegiatan ini sebanyak 32 peserta. Penyuluhan dilakukan oleh ketua Tim PMP dan mahasiswa.

Sebelum dilakukan penyuluhan dilakukan penilaian pre test terlebih dahulu, kemudian diberikan penyuluhan dan selanjutnya dilakukan post test.



Gambar 1 Penyuluhan Mengenai Pencegahan Stunting dan Manfaat Ikan Kembung bagi Balita



Gambar 2. Proses pretest sikap ibu

Adapun hasil pelaksanaan sebelum dan setelah kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat pemula:

Tabel 1 Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Presentase
Pendidikan Ibu		
SD	8	25
SMP	5	15,6
SMA	17	53,1
Perguruan Tinggi	2	6,3
Pekerjaan		
Bekerja	7	21,8
Tidak Bekerja	25	78,2
Jenis Kelamin Anak		
Laki-laki	19	59,4
Perempuan	13	40,6
Total	32	100

(Sumber: Data Primer, 2023)

Pengaruh penyuluhan gizi tentang stunting terhadap sikap ibu

Tabel 2. Hasil Sikap Ibu Balita Sebelum dan Setelah diberikan Edukasi Mengenai Pencegahan Stunting

Sikap	Pretest (%)	Posttest (%)
Baik	6 (18,7)	25 (78,1)
Cukup	17 (53,1)	5 (15,7)
Kurang	9 (28,2)	2 (6,2)
Total	32 (100)	32 (100)

(Sumber: Data Primer, 2023)

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan, mayoritas peserta memiliki sikap cukup mengenai pencegahan stunting yakni sebanyak 17 (53,1%). Kategori sikap baik sejumlah 6 peserta (18,7%) dan sikap kurang sebanyak 9 peserta (28,2%).

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, diketahui bahwa sebelum diberikan penyuluhan didapatkan masih rendahnya sikap ibu mengenai pencegahan stunting. Sedangkan setelah dilakukan penyuluhan, didapatkan hasil bahwa sikap ibu mengenai pencegahan stunting meningkat menjadi mayoritas memiliki sikap yang baik yaitu sebanyak 25 (78,1%), cukup sejumlah 5 (15,7%) dan kurang sejumlah 2 (6,2%).

Pengaruh penyuluhan gizi tentang manfaat ikan kembung bagi balita terhadap gizi balita.

Tabel 2. Hasil Sikap Ibu Balita Sebelum dan Setelah diberikan Edukasi Mengenai Manfaat Ikan Kembung Bagi Balita

Sikap	Pretest (%)	Posttest (%)
Baik	7 (21,9)	26 (81,2)
Cukup	12 (37,8)	4 (12,5)
Kurang	13 (40,6)	2 (6,3)
Total	32	32 (100)

(Sumber: Data Primer, 2023)

Berdasarkan tabel 3 diatas, dilihat bahwa sebelum diberikan penyuluhan, mayoritas sikap ibu dalam memberikan balita makanan berbahan baku ikan mayoritas pada kategori kurang yakni sebanyak 13 peserta (40,6%). Sedtelah diberikan penyuluhan sikap ibu meningkat menjadi mayoritas sikap baik sejumlah 81,2%. dapat ditarik kesimpulan bahwa sikap ibu sebelum dan setelah penyuluhan mengalami peningkatan.

Pelaksanaan penyuluhan mengenai pencegahan stunting dna manfaat ikan bagi balita mendapat apresiasi dari pada peserta pengabdian. Peserta sangat antusias mengikuti pengabdian yang dilakukan oleh Dosen Prodi S1 Kebidanan dan Prodi Profesi Apoteker Universitas Megarezky bekerjasama dengan Dosen S1 Prodi Gizi Institut Teknologi dan Kesehatan Tri Tunas Nasional.

Hasil yang dicapai berupa peningkatan sikap ibu dalam mencegah stunting dan sikap ibu dalam memberikan balita makanan berbahan baku ikan merupakan keberhasilan jangka pendek. Diharapkan untuk hasil jangka menengah dan panjang, para peserta dapat terus meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai pencegahan stunting dan pemberian makanan yang mengandung protein hewani seperti ikan kembung.

Sikap ibu dalam mencegah stunting dan memberikan makanan bagi balita yang kurang akan mempengaruhi perilaku ibu dalam pemberian makanan pada balita. Faktor pengetahuan dalam mencegah stunting dan pemberian makan memiliki pengaruh yang besar yang akan membentuk sikap. Ibu yang mempunyai pengetahuan yang baik tentunya akan cenderung menunjukkan sikap yang lebih positif terkait pencegahan stunting dan pemberian makanan pada balita. Sikap positif seperti ini nantinya akan mendorong perilaku ibu dalam pencegahan stunting dan memberikan makanan pada balita sesuai dengan kebutuhan nutrisi yang pada akhirnya kejadian stunting dapat dihindari oleh seluruh lapisan masyarakat

Kesimpulan

Kegiatan yang dilakukan telah memberikan kontribusi positif bagi ibu balita secara individu maupun sebagai mitra pengabdian. Hasil yang dicapai mengacu pada indikator keberhasilan jangka pendek dan menengah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan beberapa tahapan mulai dari perencanaan,

pelaksanaan, serta evaluasi. Diharapkan pada peserta di wilayah mitra dapat meningkatkan pengetahuan, sikap maupun perilaku dalam mencegah stunting dan memberikan makanan bergizi yang dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan balita.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim PMP Universitas Mengarezky mengucapkan terima kasih kepada LPPM Universitas Megarezky, Kemendikbudristek atas hibah PMP tahun 2023 yang telah diberikan, Bidan dan Kader Posyandu Kamboja, Kepala Puskesmas Bontosunggu Kota, Narasumber pelatihan ibu Hj. Darmawaty, SE serta kader dan warga di wilayah kerja Posyandu Kamboja yang telah antusias bekerja sama dan berperan aktif dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan pencegahan stunting dan pemberian makanan anak berbahan baku ikan kembung.

Daftar Pustaka

- Adistie, F., Belinda, V., Lumbantobing, M., Nur, N., & Maryam, A. (2018). Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Deteksi Dini Stunting dan Stimulasi Tumbuh Kembang pada Balita. *Media Karya Kesehatan*, 1(2), 173–184.
- Adriansyah, A. A., Firdausi, N. J., Yuliani, K., & Sa'ada, N. (2020). Edukasi Cara Pengukuran Berat Badan Dan Tinggi Badan Dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Bayi Dan Balita. *Journal of Community Engagement and Employment*, 2(1), 1–8.
- Azkiya, B., Kartini, A., Masyarakat, B. G., Masyarakat, F. K., & Diponegoros, U. (2020). Faktor yang mempengaruhi konsumsi ikan pada balita di wilayah pesisir dan perbukitan kota semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 8(3), 365–373.
- Damayanti, D., Pritasari, & Tri, N. (2017). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Lementierian Kesehatan.
- Hendrawati, S., & Zidni, I. (2017). Gambaran Konsumsi Ikan Pada Keluarga Dan Anak Paud Rw 07 Desa

- Cipacing. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 101–106.
- Rachmah, Q., Indriani, D., Hidayah, S., Adhela, Y., & Mahmudiono, T. (2020). Pendidikan Gizi Gemar Makan Ikan Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pencegahan Stunting Di Desa Gempolmanis Kecamatan Sambeng Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur Nutrition Education “ Gemar Makan Ikan ” to Increase Mother ’ s Knowledge o. *IAGIKMI & Universitas Airlangga*, 165–170. <https://doi.org/10.20473/amnt>.
- Sarman, & Darmin. (2021). *Epidemiologi Stunting*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- State, T., & Fisheries, W. (2014). *The State of World Fisheries and Aquaculture 2014*.
- Supardi, N., Taruli Rohana Sinaga, F., Hasanah, L. N., Fajriana, Hasmar, Parliani, Puspareni, L. D., Atjo, N. M., Maghfiroh, K., & Humaira, W. (2023). *Gizi Pada Bayi dan Balita*. Yayasan Kita Menulis.