

## Pendampingan *Community Challenge* sebagai Upaya Pencegahan *Stunting* Di Desa Wisata Long Loreh

Nursalehuddin<sup>1</sup>, Mellyani Boru Manihuruk<sup>2</sup>, Mikael Mangga<sup>3</sup>, Jumriana<sup>4</sup>, Resty Indriawati<sup>5</sup>, Enilin Oktovianus<sup>6</sup>, Tri Astuti Sugiyatmi<sup>7</sup>, Maria Immaculata Ose<sup>8</sup>, Gusriani<sup>9</sup>, Nurrahmi Umami<sup>10\*</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Agribisnis Pertanian, Universitas Borneo Tarakan

<sup>2,5,8</sup>Jurusan Keperawatan, Universitas Borneo Tarakan

<sup>3</sup>Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Universitas Borneo Tarakan

<sup>4</sup>Program Studi Ilmu Hukum, Universitas Borneo Tarakan

<sup>6,7,9,10</sup>Jurusan Kebidanan, Universitas Borneo Tarakan

\*Nurrahmi Umami

Email: [nurrahmi.umami@borneo.ac.id](mailto:nurrahmi.umami@borneo.ac.id)

Alamat: Jalan Amal Lama No 1

### History Artikel

Received: 19 Januari 2024

Accepted: 19 Februari 2024

Published: 28 Februari 2024

### Abstrak.

*Stunting* masih menjadi permasalahan gizi di Indonesia yang merupakan gangguan pertumbuhan linier disebabkan kurang gizi yang berlangsung kronis. Pengetahuan ibu mengenai gizi akan berpengaruh terhadap hidangan dan mutu makanan yang disajikan. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan, perkembangan fisik dan kecerdasan anak. Salah satu upaya pemenuhan gizi seimbang adalah menggunakan porsi makan "Isi Piringku". Program *Community challenge* merupakan salah satu program kesehatan yang memiliki peran dan fungsi yang komprehensif. Penerapan program *community challenge* dalam menolak *Stunting* mengajak masyarakat untuk mengonsumsi makanan yang mengandung protein. Penerapan program *community challenge* yang baik diperlukan kesiapan dalam menangani kondisi Pengetahuan masyarakat Berkaitan dengan meningkatkan mengonsumsi protein, meningkatkan status kesehatan, dan meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menangani *Stunting*. Diharapkan untuk kegiatan selanjutnya ditambahkan dengan media yang sangat variatif dan inovatif agar menambah minat masyarakat untuk ikut serta dalam mendukung program penurunan *Stunting* di wilayah setempat.

Kata Kunci: *Community challenge, Stunting*

### Abstract

*Stunting is still a nutritional problem in Indonesia, which is a linear growth disorder caused by chronic malnutrition. Mother's knowledge about nutrition will influence the dishes and the quality of the food served. Optimal nutrition is very important for the growth, physical development and intelligence of children. One effort to fulfill balanced nutrition is to use "Fill My Plate" portions of food. The Community challenge Program is a health program that has a comprehensive role and function. Stunting is a disruption in the growth and development of children due to malnutrition which is characterized by a body length or height that is below standard. The implementation of the community challenge program to prevent Stunting encourages people to consume foods that contain protein. Implementing a good community challenge program requires readiness to handle the condition of community knowledge related to increasing protein consumption, improving health status, and increasing community awareness in dealing with Stunting.*

Keywords: *Community challenge, Stunting*

## Pendahuluan

Perkembangan masalah gizi di Indonesia saat ini semakin kompleks. Selain waktu yang lama yang menyebabkan kejadian pendek (*Stunting*) Pada balita *Stunting* dapat diketahui dengan melihat indeks Panjang badan/ Umur) atau (Tinggi badan/ Umur) (Lolan & Sutriyawan, 2021). *Stunting* di Indonesia merupakan masalah serius dan juga merupakan masalah gizi utama yang sedang dihadapi. Bila masalah ini bersifat kronis, maka akan memengaruhi fungsi kognitif yakni tingkat kecerdasan yang rendah dan berdampak pada kualitas sumber daya manusia. *Stunting* merupakan salah satu target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang termasuk pada tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Target yang ditetapkan adalah menurunkan angka *Stunting* hingga 40% pada tahun 2025 (Sinaga, et al., 2022; ).

Masalah kekurangan dan kelebihan gizi, Indonesia juga mengalami permasalahan kekurangan gizi kronik. Kekurangan gizi kronik adalah kekurangan gizi dalam jangka seperti diabetes, obesitas, stroke, penyakit jantung dan lain sebagainya. Salah satu faktor yang mendasari terjadinya *Stunting* yaitu asupan nutrisi yang tidak adekuat, maka dari itu perlu dilakukan program yang dapat membawa dampak baik bagi pemenuhan asupan nutrisi yang baik bagi masyarakat.

Menurut UNICEF terdapat beberapa faktor yang mampu mempengaruhi *Stunting* pada balita, di antaranya adalah faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor secara langsung yaitu status gizi kurang dan status gizi buruk yang diakibatkan oleh terbatasnya asupan gizi pada tubuh balita yang tidak mengandung zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Sehingga kejadian *Stunting* ini didasari oleh asupan gizi yang berupa pola makan meliputi jenis makanan, frekuensi, dan jumlah makan, dimana pola makan adalah fondasi utama untuk mencegah dari berbagai macampenyakit.

Faktor tidak langsung adalah peran keluarga dalam menerapkan pengasuhan, peran

keluarga berhubungan dengan kejadian *Stunting* terutama pada kebiasaan keluarga dalam menerapkan kebiasaan pengasuhan, kebiasaan kebersihan, dan kebiasaan mendapat pelayanan kesehatan pada balita (Qolbi, Munawaroh, & Jayatmi, 2020; Umami et al., 2023).

Pengetahuan tentang gizi menjadi dasar dari kemampuan orang tua dalam menyiapkan makanan yang dibutuhkan anaknya. Kurangnya pengetahuan orang tua, menyebabkan tidak berkualitaskannya asupan gizi anak yang akan berdampak *Stunting*. Beberapa Penelitian menemukan bahwa adanya hubungan pengetahuan orang tua tentang gizi dengan *Stunting* pada anak (Murti, Budiani, & Darma patni, 2020).

Berbagai upaya untuk mencegah dan mengurangi angka *Stunting* di Indonesia terus dilakukan oleh pemerintah. Pemerintah berharap masyarakat memiliki kesadaran untuk memperbaiki pola hidup sehingga dapat mencegah kejadian *Stunting*. Salah satu upaya yang saat ini sedang digalakkan adalah edukasi tentang Gerakan "Isi Piringku". Gerakan "Isi Piringku" merupakan program Kementerian Kesehatan Indonesia untuk menggantikan slogan "4 sehat 5 sempurna" sebagai pedoman makanan sehari-hari untuk mencapai status gizi baik (Wahyuni, et al., 2022).

Konsep isi satu program yang dapat membantu pemenuhan nutrisi dalam keluarga yang mengikuti. *Community challenge* ini sudah dilaksanakan di Desa Long Loreh Malinau. Program ini memberikan inovasi baru di Desa Wisata Long Loreh dalam gerakan tolak *Stunting* dengan mengajak masyarakat untuk mengkonsumsi makanan yang sesuai dengan konsep isi piringku selama 30 hari berturut-turut sebagai upaya perubahan perilaku dan pola makan keluarga.

Program ini menjadi salah satu dampak perubahan pola makan keluarga yang tadinya mengkonsumsi makanan kurang sehat menjadi lebih sehat. Adapun perlombaan yang diselenggarakan dalam program ini. Masyarakat diminta untuk mengkonsumsi makanan sehat secara konsisten setiap harinya, karena hal ini dilombakan. Peserta yang berhasil

konsisten dan mengikuti alur perlombaan ini akan menjadi pemenang. Harapannya setelah program ini berakhir, kebiasaan serta perilaku konsumsi makan sehat ini tetap berlangsung dengan baik di Desa Wisata Long Loreh sebagai upaya pencegahan penurunan *Stunting*.

Permasalahan *Stunting* di desa Long Loreh ini dikarenakan beberapa factor yaitu kurangnya kesadaran atas pemenuhan menu makan yang sesuai dengan isi piringku dan akses dari pusat kota malinau menuju desa Long loreh memerlukan waktu yang lama, akses jalan yang tidak memadai ini, menyebabkan bahan sandang dan pangan seperti ikan, tahu, tempe, ayam dll. Memiliki harga yang tinggi dan terbatas Dengan hal itu anak-anak di desa Long Loreh dapat berpotensi mengalami *Stunting*. menjawab kendala tersebut, maka sangat diperlukan program yang mampu mencegah terjadinya *Stunting* didesa long loreh.

**Metode**

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Desa Long Loreh, metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah berupa sosialisasi mengenai program serta pengadaan lomba asupan makanan keluarga sesuai acuan isi piringku. Peserta dalam kegiatan ini adalah keluarga yang beresiko *Stunting* dan kader TPK, sebanyak 20 orang. Dalam kegiatan ini peserta diberikan informasi mengenai gizi seimbang melalui edukasi isi piring ku dan teknis dari lomba tersebut. Setelah itu dilanjutkan dengan monitoring makanan yang disiapkan keluarga kurang lebih selama 30 hari, untuk melihat konsistensi keluarga dalam pemenuhan kebutuhan gizi seimbang sesuai dengan isi piringku.

KKN Tematik memiliki suatu program salah satunya yaitu program *Community challenge*, *community challenge* merupakan suatu program yang memberikan suatu hal yang baru dengan mengajak masyarakat untuk mengkonsumsi makanan yang sesuai dengan konsep isi piringku selama 30hari berturut-turut sebagai upaya dalam gerakan tolak *Stunting* dengan tujuan untuk perubahan perilaku dan upaya dalam pola makanan keluarga yang sehat. Dengan

adanya program ini menjadi salah satu upaya dalam perubahan pola makanan untuk mengkonsumsi makanan yang sehat setiap harinya. Selama program ini, masyarakat diminta untuk mengkonsumsi makanan sehat secara konsisten setiap harinya, karena hal ini diperlombakan agar masyarakat semangat dalam melakukan perlombaan untuk mengkonsumsi makanan yang sehat secara konsisten. Peserta yang berhasil konsisten dan mengikuti alur perlombaan ini akan menjadi pemenang. Setelah program ini berakhir, harapannya masyarakat tetap konsisten dalam mengkonsumsi makanan yang sehat dengan baik di Desa Wisata Long Loreh sebagai upaya dalam pencegahan *Stunting*.

**Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan program *community challenge* yaitu pemantauan menu makanan keluarga yang beresiko *Stunting* selama 30 hari di lakukan dari tanggal 13 Oktober hingga 13 November, langkah awal yang kami lakukan yaitu mencari tahu factor resiko penyebab *Stunting* di desa long loreh. Langkah selanjutnya kami meminta data warga yang beresiko *Stunting* kepada kepala puskesmas dipuskesmas long loreh.



**Gambar 1.** Berkunjung Ke Ruangn Kepala Puskesmas Desa Long Loreh

**Gambar 2.** Data Warga Beresiko *Stunting* Di Desa Long Loreh



Program *community challenge* ini kemudian di sosialisasikan pada saat pada kegiatan yang kami lakukan salah satunya yaitu pada saat TPK (tim pendamping keluarga) dll.



**Gambar 3.** Foto Bersama Setelah Sosialisasi Program *Community challenge*

Setelah 20 keluarga melakukan pendaftaran kepada mahasiswa KKN selanjutnya mahasiswa KKN aktif mulai memantau menu makanan warga yang menjadi peserta *community challenge* selama 30 hari.

Program ini memberikan inovasi baru di Desa Wisata Long Loreh dalam gerakan tolak *Stunting* dengan mengajak masyarakat untuk mengkonsumsi makanan yang sesuai dengan konsep isi piringku selama 30 hari berturut-turut sebagai upaya perubahan perilaku dan pola makan di dalam keluarga. Dengan adanya program ini menjadi salah satu dampak perubahan pola makan keluarga yang tadinya mengkonsumsi makanan tidak sehat mengarah kepenyediaan pola makanan lebih sehat atau sesuai dengan isi piring ku. Adapun perlombaan yang di selenggarakan dalam program ini. Masyarakat di minta untuk mengkonsumsi makanan sehat secara konsisten setiap harinya selama 30 hari lalu mengupload kemedi sosial agar dapat di nilai, karena hal ini diperlombakan masyarakat tentu sangat antusias dalam menyediakan menu makanan sehat sesuai dengan isi piringku menata sedemikian rapinya. karena itu peserta yang berhasil konsisten dan mengikuti alur perlombaan ini akan menjadi pemenang.

Setelah 30 hari berlangsung kemudian di lakukan penilaian selama kurang lebih 2 minggu untuk menentukan pemenang diantara peserta *community challenge* didaerah Malinau Selatan desa Long Loreh.

**Gambar 4.** Hasil Penilaian 30 Hari Pemantau Menu Makanan Peserta *Community challenge*

Setelah mendapatkan hasil pemenang, peserta dari Univeritas Borneo Tarakan kami mahasiswi KKN mengundang para peserta *community challenge* untuk senam bersama dan mengkonsumsi makanan sehat hasil dari olahan sederhana kami untuk mengumumkan pemenang *community challenge*



**Gambar 5.** Senam Bersama Peserta *Community challenge*



**Gambar 6.** Penyerahan Hadiah Kepada Pemenang



**Gambar 7.** Foto Bersama Peserta *Community challenge* Desa Long Loreh

Harapannya setelah program ini berakhir, kebiasaan serta perilaku konsumsi makan sehat sesuai dengan isi piringku dalam keluarga ini tetap berlangsung dengan baik di Desa Wisata Long Loreh Sebagai upaya pencegahan penurunan *Stunting*.

## Kesimpulan

*Community challenge* merupakan salah satu program yang dilaksanakan pada kegiatan *Matching Fund* Kedaireka sebagai upaya Pencegahan *stunting* di Kalimantan Utara. Bentuk pengabdian ini diterima baik oleh masyarakat sebagai bentuk awal kegiatan yang melibatkan masyarakat secara langsung dalam mengatasi *stunting* dilingkungannya. Kegiatan selanjutnya sebaiknya menambah jumlah lokasi agar jumlah sasaran semakin banyak dan lebih merata.

## Daftar Pustaka

- Kecamatan Cilawu Garut. *Jurnal Dedikasi*, 3(2), Lolan, YP, & Sutriyawan, A. (2021). Pengetahuan Gizi dan Sikap Orang Tua tentang Pola Asuh Makanan Bergizi dengan Kejadian *Stunting*. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 116-124.
- Murti, LM, Budiani, NN, & Darmapatni, MW (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi Balita dengan Kejadian *Stunting* Anak Umur 36-59 Bulan di Desa Singakerta Kabupaten Gianyar. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(2).
- Pratiwi, W.(2023). Cegah Balita Dari *Stunting* Melalui Edukasi Isi Piringku Di Posyandu Cempaka Kabupaten Barru. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 450-456.
- Qolbi, PA, Munawaroh, M., & Jayatmi, I. (2020). Hubungan Status Gizi Pola Makan dan Peran Keluarga terhadap Pencegahan *Stunting* pada Balita Usia 24 – 59 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 10(4).
- Ramadhani, A. S.(2023). Penyuluhan Ibu Balita *Stunting*-Wasting tentang Isi Piringku Kaya Protein Hewani Usia 2-5 Tahun di Kecamatan Juwangi Kabupaten Boyolali. *Jurnal Abdias*, 318-323.
- Sinaga, R., Tampubolon, R., Dewi, R., Susanti, E., Andarina, Y., Sukriyah, dkk. (2022). Program Penerapan Isi Piringku untuk Pencegahan *Stunting* pada Balita di Puskesmas Kokonao Distrik Mimika Barat Kabupaten Mimika Tahun 2022. *Prosiding PKM-CSR*, 5.
- Umami, N., Ariyanti, R., Yuliyanti, I., Citra, N., Noviani, D., Tri Lestary, T., Studi, P. S., Ilmu Kesehatan, F., Borneo Tarakan, U., & Utara, K. (2023). Sosialisasi Edukasi Tentang Asuhan Kebidanan Berbasis Budaya Guna Meningkatkan Pengetahuan Pada Kelompok Ibu Hamil. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(3), 1688–1692. <http://112.78.38.8/index.php/jpmb/article/view/16484>
- Wahyuni1, T., Syswianti, D., Suazini, ER, Handayani, TP, Humaeroh, L., Linda, dkk. (2022). Edukasi "isi Piringku" untuk Balita di PAUD Al-Azmi 99-103.