

PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMBERIAN BUBUR KACANG HIJAU PADA ANAK USIA DINI (STUDI KASUS DI DESA PABEAN KECAMATAN DRINGU KABUPATEN PROBOLINGGO)

Husni Mubaroq¹, Diska Cintya Veredila², Nadila Febriyanti³

¹²³Universitas Panca Marga

Corresponding Author: husni999fisip@upm.ac.id¹, diskacv38@gmail.com², nadilalala08@gmail.com³

Abstrak

Di Indonesia, stunting disebut sebagai "kerdil", yang berarti ada gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan, dan saat ini berada di peringkat kelima di dunia untuk kejadian stunting balita. Stunting adalah salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia pertumbuhan dan perkembangan otak bayi. Berdasarkan data proyeksi tentang prevalensi stunting di Provinsi Jawa Timur, prevalensi stunting di Jatim diperkirakan 20,88% pada tahun 2022, 17,9% pada tahun 2023, dan 14,92% pada tahun 2024. Tujuan dilakukan kegiatan pengabdian ini adalah untuk mencegah stunting pada anak usia dini (Paud Kelompok Bermain Tunas Mulya) di Desa Pabean Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. Metode pendekatan yang dilakukan yaitu memberikan penyuluhan berupa materi pada guru, para wali murid dan pemberian bubur kacang hijau pada siswa - siswi (Paud Kelompok Bermain Tunas Mulya) yang diadakan oleh anggota Kuliah Kerja Nyata di Desa Pabean Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. Hasil dari pelaksanaan tersebut untuk memberikan penyuluhan mengenai penyebab, upaya pencegahan stunting yang terjadi pada anak usia dini dan juga memberikan PMT yang berupa bubur kacang hijau pada anak.

Kata Kunci: Stunting, Penyebab, Pencegahan, Bubur kacang Hijau.

Abstract

In Indonesia, stunting is referred to as "dwarf", which means there is impaired physical growth and development, and is currently ranked fifth in the world for the incidence of toddler stunting. Stunting is one of the main health problems in Indonesia for the growth and development of babies' brains. Based on projected data on the prevalence of stunting in East Java Province, the prevalence of stunting in East Java is estimated at 20.88% in 2022, 17.9% in 2023, and 14. 92% by 2024. The aim of this service activity is to prevent stunting in early childhood (Paud Tunas Mulya Play Group) in Pabean Village, Dringu District, Probolinggo Regency. The approach method used is providing counseling in the form of material to teachers, parents and providing green bean porridge to female students (Paud Tunas Mulya Play Group) held by members of the Real Work Lecture in Pabean Village, Dringu District, Probolinggo Regency. The results of this implementation are to provide education regarding the causes, efforts to prevent stunting that occurs in early childhood and also provide PMT in the form of green bean porridge to children.

Keywords: Stunting, Causes, Prevention, Green Bean Porridge.

PENDAHULUAN

Stunting semakin meningkat di negara berkembang, termasuk Indonesia. Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa pada tahun 2016, 22,9% atau 154,8 juta anak balita stunting. Oleh karena itu, negara berkontribusi pada masyarakat dalam mengurangi stunting melalui penyediaan gizi makro dan mikro. Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan yang terjadi di Indonesia. Berdasarkan data dari UNICEF dan WHO, dari 154 negara yang memiliki data stunting, Indonesia menempati urutan tertinggi ke-27, dan di urutan ke-5 di Asia. Di Indonesia, stunting didefinisikan sebagai "kerdil", yang berarti ada gangguan pertumbuhan fisik dan pertumbuhan otak pada anak-anak. Stunting terjadi di seluruh jenjang ekonomi masyarakat, baik di pedesaan maupun perkotaan. Hal ini menunjukkan bahwa masalah gizi yang dapat menyebabkan stunting pada anak tidak hanya berasal dari kemiskinan atau tingkat pendidikan yang rendah. Namun, masyarakat masih kurang memahami apa yang diperlukan anak untuk mendapatkan asupan gizi yang lengkap, aman, dan sehat. Pengaruh nutrisi yang tidak sehat harus dicek sejak dini dengan memantau pertumbuhan anak balita secara teratur di posyandu.

UNICEF menyatakan bahwa dua penyebab langsung gizi rendah pada balita adalah kurangnya asupan gizi dari makanan dan penyakit yang disebabkan oleh infeksi (Handayani, 2017). Penanganan nutrisi kurang dapat dilakukan dengan cara farmakologis atau non farmakologis. Penanganan farmakologis termasuk pemberian obat pendukung untuk meningkatkan status gizi, seperti kapsul vitamin A dosis tinggi, tablet tambah darah, campuran mineral, tablet darah, antibiotik, dan obat cacing. Sementara itu, pengobatan non-farmakologis untuk anak-anak dengan status gizi buruk mencakup pemberian makanan tambahan dan bimbingan kepada balita (DepKes RI, 2011).

Salah satu daerah di kabupaten probolinggo yaitu Desa Pabean ikut serta dalam menerapkan program stunting melalui pemberian makanan tambahan (PMT) yang bergizi. Menurut Djauhari (2017), makronutrien dan mikronutrien adalah komponen yang melengkapi kebutuhan nutrisi anak selama masa pertumbuhan. Makronutrien terdiri dari karbohidrat, protein, dan lemak, sedangkan mikronutrien terdiri dari berbagai vitamin dan mineral yang ditemukan dalam berbagai jenis makanan. Organ-organ tubuh yang diperlukan akan menerima manfaat dari saluran pencernaan anak yang dapat menyerap dan mencerna berbagai zat gizi ini dengan baik. Jadi, makanan adalah salah satu penyebab stunting anak.

Bubur kacang hijau adalah jenis makanan yang dibuat dari pohon kacang hijau dengan perebusan dan penambahan bumbu sehingga kacang hijau menjadi lunak. Bahan yang digunakan untuk membuat bubur kacang hijau disesuaikan dengan kebutuhan nutrisi anak. Untuk anak usia 6 hingga 23 bulan, bubur kacang hijau terdiri dari 20 gram kacang hijau, 20 gram tepung beras, dan 40 gram santan. Untuk anak usia 24 hingga 59 bulan, bubur kacang hijau terdiri dari 25 gram kacang hijau (2 sendok makan/sdm) dan 5 gram santan (1/2 sdm), dengan energi total 263 Kkal dan protein 14 gram (DepKes RI, 2011).

Menurut Maria (2018), kacang hijau memiliki kandungan protein yang lengkap sebesar 22 persen, sehingga dapat membantu pertumbuhan dan pembentukan sel-sel tubuh serta meningkatkan berat badan. kacang hijau memiliki banyak lemak yang merupakan asam lemak tak jenuh. Selain protein, lemak, dan mineral seperti kalsium dan fosfor, kacang hijau juga mengandung vitamin B1 yang bermanfaat untuk pertumbuhan (Mayasari, dkk., 2021). Jadi, peneliti ingin tahu

apakah menerapkan program pemberian makanan sehat seperti bubur kacang hijau dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran orang tua dan guru tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stunting.

METODE

Metode pendekatan partisipatif yang digunakan dalam pencegahan stunting diberikan kepada anak usia dini melalui program pemberian bubur kacang hijau. Kegiatan pengabdian ini melibatkan anak (paud kelompok bermain tunas mulya), guru, para wali murid dan anggota kuliah kerja nyata di desa pabean kecamatan dringu kabupaten probolinggo.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program penurunan stunting dilaksanakan dalam upaya untuk mendukung perencanaan pencegahan stunting melalui pemberian bubur kacang hijau dengan sasaran pada anak usia dini (Kelompok Bermain Paud Tunas Mulya), yang diadakan oleh anggota kuliah kerja nyata di desa pabean kecamatan dringu kabupaten probolinggo pada tanggal 18 Agustus 2023. Penyuluhan tersebut dengan materi tentang stunting dan pencegahannya di dalam bahan kajiannya membahas mengenai stunting (pengertian, penyebab, pencegahan dan pemberian bubur kacang hijau)



Gambar.1 Penyuluhan Materi Stunting dan Pemberian Bubur Kacang Hijau

Program perbaikan gizi pada anak usia dini (Kelompok Bermain Paud Tunas Mulya) mendapat perhatian penting dari pemerintah dan orang tua agar dapat mencegah terjadinya stunting pada anak. Orang tua sangat penting dalam menjaga kesehatan anak, terutama ibu memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk membantu mereka menjaga pola makan anak mereka dan membuat lingkungan yang sehat. Penyebab stunting pada anak adalah kekurangan asupan gizi yang lama, yang mengakibatkan penurunan pertumbuhan anak. Stunting, yang membuat tinggi badan anak lebih rendah daripada anak-anak seusianya. Berikut faktor-faktor yang mempengaruhi stunting:

1. Kurang gizi dalam waktu lama

Pada dasarnya, stunting sudah bisa terjadi selama kehamilan karena anak-anak mungkin mengalami masalah kurang gizi sejak di dalam kandungan karena sang ibu tidak memiliki akses terhadap makanan sehat dan bergizi seperti makanan berprotein tinggi, sehingga buah hatinya juga kekurangan nutrisi. Selain

itu, asupan vitamin dan mineral ibu yang kurang juga dapat menyebabkan malnutrisi janin.

2. Pola asuh kurang efektif

Pola asuh yang kurang efektif, yang berkaitan dengan bagaimana anak berperilaku dan makan, adalah salah satu penyebab stunting pada anak. Orang tua tidak memberikan nutrisi yang cukup dapat mengalami stunting. Selain itu, faktor-faktor seperti laktasi yang buruk dan ibu yang kekurangan nutrisi selama masa remaja dan kehamilannya juga dapat mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan otak anak.

3. Pola makan

Ketidaktahuan ibu tentang nutrisi sebelum, saat, dan setelah melahirkan dapat mempengaruhi pertumbuhan anak dan meningkatkan risiko stunting. Mereka juga mungkin tidak memiliki akses ke menu makanan yang seimbang dan penuh nutrisi.

4. Gangguan mental dan Hipertensi pada ibu

Pola asuh yang kurang efektif, yang berkaitan dengan cara anak makan dan berperilaku, adalah salah satu penyebab stunting pada anak. Orang tua yang tidak memberikan nutrisi yang cukup kepada anak-anak mereka juga dapat mengalami stunting.

5. Sanitasi

Jika anak-anak dibesarkan di lingkungan dengan kondisi air yang tidak layak dan sanitasi yang buruk, risiko stunting akan meningkat.

Pemberian makanan tambahan (PMT) adalah kegiatan pemberian makanan kepada anak usia dini yang aman dan berkualitas tinggi, bersama dengan kegiatan pendukung lainnya, dengan mempertimbangkan kualitas dan keamanan pangan serta nilai gizi yang sesuai dengan kebutuhan sasaran (Kemenkes, 2015). Berikut beberapa upaya untuk mencegah stunting pada anak usia dini:

1. Pahami konsep gizi

Mendapatkan asupan gizi yang cukup setiap hari, terutama selama kehamilan. Pahami konsep gizi dan terapkan pola asuh anak

2. Pemeriksaan rutin

Ibu harus selalu diperiksa atau diperiksa selama kehamilan untuk memastikan berat badan mereka sesuai dengan usia kehamilan mereka. Ibu hamil juga tidak boleh mengalami anemia atau kekurangan darah karena hal ini dapat berdampak pada janin yang mereka miliki. Pengukuran tekanan darah dapat menjadi bagian dari pemeriksaan rutin

3. Tingkatkan kebersihan

Sistem kekebalan tubuh anak yang tidak berfungsi dengan baik menyebabkan infeksi berulang pada anak. Jika sistem kekebalan tubuh anak tidak berfungsi dengan baik, kemungkinan terkena berbagai jenis penyakit, termasuk stunting, menjadi lebih tinggi

4. Pentingnya asi

Air susu ibu (ASI) mengandung banyak gizi baik yang dapat membantu pertumbuhan anak. Selain itu, ASI mengandung zat yang dapat membangun sistem kekebalan anak, yang membantu mencegah berbagai masalah kesehatan, salah satunya stunting

5. Pilihan menu beragam

Pastikan menu makanan anak selalu beragam, dan jangan lupa apa yang mereka butuhkan setiap hari. Untuk mencegah stunting, ibu harus mendapatkan nutrisi yang seimbang dan sehat selama kehamilan dan

setelahnya

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwasanya dengan adanya program pemberian bubur kacang hijau pada anak usia dini (Paud Kelompok Bermain Tunas Mulya) ,dan juga pemaparan materi stunting penyebab, pencegahan yang diadakan oleh mahasiswa kuliah kerja nyata di Desa pabean kecamatan Dringu kabupaten Probolinggo, sangat bermanfaat bagi peran orang tua dalam meningkatkan tumbuh kembang anak agar tidak terjadi stunting pada anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aura Shita, Mentari Bening, Hena Haudli Zarli, and Shafira Friesilia Putri. 2023. "PENGECAHAN STUNTING MELALUI PROGRAM DEMONSTRASI MAKANAN PENDAMPING ASI (MPASI) Kalirejo, D. I. Desa, Kecamatan Dringu,." 6:2484–91.
<http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/martabe/article/view/11993>
- Haryani, Siti. Astuti Ana Puji. Sari Kartika. 2021. "Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan." Jurnal Pengabdian Kesehatan 4(1):30.
<http://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id>
- Hidajat, Flavia Aurelia. 2019. "Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan Dan Penerapan Pola Hidup Bersih Sehat Di PAUD Tunasmulya Desa Pabean Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo." Jurnal Abdi Panca Marga 1(1):25–29. doi: 10.51747/abdipancamarga.v1i1.480.
<https://ejournal.upm.ac.id/index.php/abdipancamarga/article/view/480>
- Munawaroh, Hidayatu, Nafis Khoirun Nada, Akaat Hasjiandito, Vava Imam Agus Faisal, Heldanita Heldanita, Irna Anjarsari, and Muhammad Fauziddin. 2022. "Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun." Sentra Cendekia 3(2):47. doi: 10.31331/sencenivet.v3i2.2149.
<https://e-journal.ivet.ac.id/index.php/Jsc/article/view/2149>
- Rahmadhita, Kinanti. 2020. "Permasalahan Stunting Dan Pencegahannya." Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada 11(1):225–29. doi: 10.35816/jiskh.v11i1.253.
<https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH/article/view/253>
<https://hellosehat.com/parenting/kesehatan-anak/penyakit-pada-anak/stunting/>