

**PROGRAM DAPUR SEHAT SEBAGAI UPAYA PENURUNAN ANGKA STUNTING
DI KELURAHAN MELAYU KOTA PIRING**

***HEALTHY KITCHEN PROGRAM AS AN EFFORT TO REDUCE STUNTING RATE IN
MELAYU KOTA PIRING KELURAHAN***

**Satriadi Satriadi^{1*}, Imran Ilyas², Novita Kristiani Waruwu³, Sasrya Eksana⁴, Sindy
Fransisca⁵, Samuin Ode⁶**

^{1,2,3,4,5,6} STIE Pembangunan Tanjungpinang

* satriadi@stie-pembangunan.ac.id¹, imran@stie-pembangunan.ac.id², novitakristianiwar@gmail.com³,
sasryaelsana25@gmail.com⁴, sindyfransisca976@yahoo.com⁵, samuinode08@gmail.com⁶

Article History:

Received: 30 Oktober 2022

Revised: 22 November 2022

Accepted: 07 Desember 2022

Keywords: *Stunting, healthy
kitchen (DASHAT)*

Abstract: *One way to reduce stunting is the application of DASHAT (Healthy Kitchen) by providing healthy and nutritious food, socialization to pregnant women, breastfeeding mothers, prospective brides and families with children under two years old (baduta). The purpose of this healthy kitchen program is to provide awareness to the public to reduce and prevent stunting babies where a healthy kitchen includes education on the nutrients needed by babies and consumption of pregnant and lactating women and prospective brides in Kelurahan Melayu Kota Piring. This activity was carried out using the socialization method to posyandu cadres, accompanied by the head of the puskesmas where the activity lasted for 40 days, starting from October 9, 2022 to November 18, 2022. The results of this activity indicate that there has been an increase in nutrition for stunting children under the influence of the pattern given intake)*

Abstrak

Salah satu untuk menurunkan angka stunting yaitu penerapan DASHAT (Dapur Sehat) dengan memberikan makanan sehat dan bergizi, sosialisasi kepada ibu hamil, ibu menyusui, calon pengantin dan keluarga yang memiliki anak usia dibawah dua tahun (baduta). Tujuan program dapur sehat ini untuk memberikan kesadaran terhadap masyarakat untuk mengurangi serta mencegah bayi stunting dimana dapur sehat mencakup edukasi zat gizi yang diperlukan bayi dan konsumsi ibu hamil dan menyusui serta calon pengantin di Kelurahan Melayu Kota Piring. Kegiatan ini dilakukan dengan metode sosialisasi kepada kader posyandu, didampingi oleh kepala puskesmas dimana kegiatan tersebut berlangsung selama 40 hari, terhitung sejak tanggal 9 Oktober 2022 hingga 18 November 2022. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan gizi untuk baduta stunting memang dipengaruhi dari pola asupan yang diberikan.

Kata Kunci: Stunting, dapur sehat (DASHAT)

PENDAHULUAN

Stunting menjadi salah satu masalah kesehatan di Indonesia. Stunting merupakan sebuah kondisi dimana tinggi badan seseorang lebih pendek dibanding tinggi badan orang lain pada umumnya yang seusia (Haryani, 2021). Di Indonesia, stunting disebut kerdil artinya ada gangguan pertumbuhan fisik dan pertumbuhan otak pada anak. Tingkat stunting sebagai dampak kurang gizi pada balita di Indonesia melampaui batas yang ditetapkan World Health Organization (WHO), kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal dalam kehidupan namun baru tampak setelah anak berusia 2 tahun. Kekurangan gizi menahun khususnya pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HKP) yang dimulai dari masa kehamilan hingga balita berumur 2 tahun. 1000 HKP merupakan periode emas pertumbuhan balita pada periode tersebut 80% otak balita berkembang, masa ini tidak akan teruburuk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi stunting oleh karenanya perlu dilakukan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari anak balita Stunting (Kerdil) pada anak mencerminkan kondisi kegagalan pertumbuhan pada anak usia di bawah 5 tahun akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak menjadi pendek untuk usianya. Stunting disebabkan oleh faktor multi dimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi (Wardani et al., 2022).

Akibatnya jika kekurangan gizi pada 1000 HPK ini akan bersifat permanen dan susah diperbaiki. Penyebab utama dari anak stunting adalah asupan gizi. Terdapat tiga hal yang harus diperhatikan dalam pencegahan stunting, yaitu perbaikan terhadap pola makan, pola asuh, serta perbaikan sanitasi dan akses air bersih (Rahmanindar et al., 2020). Untuk mengatasi masalah kurang gizi khususnya stunting diperlukan perbaikan kualitas makanan dengan memanfaatkan pangan lokal yang memiliki harga terjangkau dengan kualitas gizi yang cukup baik mikronutrien maupun makronutrien yang dibutuhkan oleh balita stunting (Kementrian Kesehatan RI et al., 2020).

Data terbaru yang didapatkan pada September 2022 yang diambil dari puskesmas menunjukkan bahwa 5 anak mengalami stunting dan bergizi kurang 17 balita di Kelurahan Melayu Kota Piring (MKP). Secara umum penyebab kekurangan gizi dikarenakan kekurangan asupan gizi karena pola asuh yang kurang tepat dalam pemberian makan balita baik dari jumlah dan jenisnya, paparan kuman atau bakteri pada balita, lingkungan yang tidak bersih menyebabkan balita terpapar bakteri. Di Kelurahan Melayu Kota Piring (MKP) juga masih kurangnya pemahaman masyarakat terhadap stunting dan masih banyak masyarakat yang belum mengetahui apa itu stunting. Masyarakat di Kelurahan Melayu Kota Piring (MKP) secara rutin sudah mengikuti kegiatan posyandu yang diadakan, namun kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang stunting masih sangat rendah terutama tentang faktor penyebab terjadinya stunting.

Saat ini kondisi Kelurahan Kota Piring memiliki lurah perempuan dan perangkat kelurahan perempuan berjumlah 10 orang. Penetapan Kelurahan Ramah Perempuan dan Peduli Anak (KRPPA) di kelurahan kota piring berdasarkan usrat keputusan menteri pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak RI nomor : 70 tahun 2021 tanggal 23 September 2021.

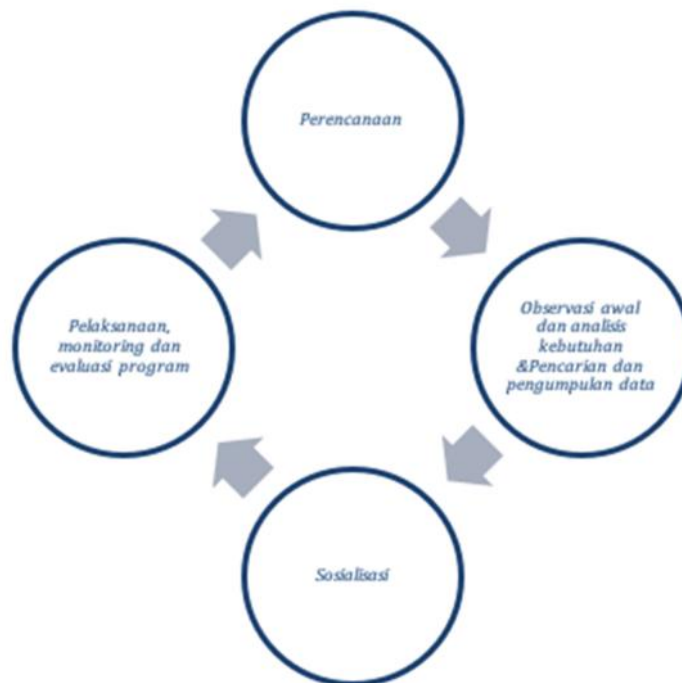
Menurut WHO batasan prevalensi stunting suatu wilayah sebesar 20%. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Litbangkes), angka stunting yang terjadi di Indonesia 2018 mencapai 30,8%. Artinya

satu dari tiga anak mengalami stunting, angka tersebut mengalami penurunan dari tahun sebelumnya yaitu 27,2% pada tahun 2013. Meskipun menurun tetapi masih jauh dari batasan WHO (Haryani, 2021).

Dalam hal ini kami selaku mahasiswa dan dosen pendamping akan melaksanakan kegiatan Kuliah Pengabdian Masyarakat (KPM) di Kelurahan Melayu Kota Piring dengan melakukan sosialisasi terhadap masyarakat dengan tema Dapur Sehat (DASHAT) sebagai penurunan angka stunting yang bekerja sama di Kelurahan Melayu Kota Piring sendiri, pemerintah Daerah melalui kerjasama dengan Ibu lurah, ibu-ibu kader posyandu, kelapa RT/RW dan masyarakat baik calon pengantin (Catin) dan Ibu hamil serta Ibu menyusui sebagai mitra kerja sama dalam kegiatan Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) dengan tujuan mendemonstrasikan pengolahan makanan sehat untuk balita seperti makanan empat sehat lima sempurna guna meningkatkan gizi dalam kembang dan tumbuh anak, serta memberikan wawasan terhadap ibu hamil, ibu menyusui, dan calon pengantin sebagai upaya penurunan stunting. Dengan begitu kegiatan DASHAT merupakan cara efektif dalam penanggulangan kasus stunting pada balita atau anak-anak di Kelurahan Melayu Kota Piring di Kecamatan Tanjung Pinang Timur.

METODE

Dalam kegiatan KPM MBKM (Kuliah Pengabdian Masyarakat Merdeka Belajar Kampus) yang dilakukan pada bulan Oktober hingga Desember 2022 kali ini, tepatnya berlokasi di Kelurahan Melayu Kota Piring di Kecamatan Tanjung Pinang Timur yang terindikasi stunting. Maka dari itu pengabdian yang dilakukan kepada masyarakat berupa sosialisasi penerapan DASHAT dalam upaya penurunan stunting yang menjadi sasaran fokus dalam kegiatan ini adalah keluarga yang memiliki anak usia bawah dua tahun (baduta), ibu hamil, ibu menyusui dan catin (calon pengantin). Namun sebelum terlaksananya pengabdian melalui program tersebut dilakukan perencanaan dan penyusunan jadwal sebagai berikut:



Gambar 1. Uraian Kegiatan KPM MBKM di Kelurahan Melayu Kota Piring.

Dalam Kegiatan Kuliah Pengabdian Masyarakat di Kelurahan Melayu Kota Piring yang berjalan selama 40 hari. Untuk pengumpulan data anak terindikasi stunting, mahasiswa menjalin komunikasi untuk berkoordinasi dalam pengumpulan data, mulai dari wilayah kelurahan melalui bidan kelurahan, hingga ke 2 puskesmas dan 10 posyandu. Sehingga dapat diketahui bahwa data anak terindikasi stunting di Kelurahan Melayu Kota Piring berjumlah 5 anak, sementara untuk sasaran kegiatan yaitu anak/bayi dibawah dua tahun didapati data 10 anak, ibu menyusui 5 orang, ibu hamil 5 orang dan calon pengantin 5 orang.

Kegiatan ini dilakukan bersamaan dengan kegiatan posyandu dengan cara melakukan penimbangan dan pengukuran baduta, memeriksa perkembangan gizi, memberikan sosialisasi pada orang tua ataupun pengasuh, dan pemberian makanan bergizi serta cara pembuatannya. Baduta yang terdampak stunting langsung dilakukan pendataan terkait nama dan usia, kemudian diukur dan ditimbang berat badannya, setelah itu dikumpulkan bersama orang tua anak untuk diberikan sosialisasi tentang gizi balita maupun baduta.

Adapun untuk pengukuran baduta terdampak stunting menggunakan alat ukur untuk stunting diantaranya:

1. Microtois
2. Langboard

Pemberian zink sebagai suplemen pada bayi dan balita juga terbukti dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Hal ini juga merupakan salah satu program pemerintah dalam penanganan stunting (Laili & Andriani, 2019).

Sedangkan dalam kegiatan sosialisasi dan dapur sehat atasi stunting (DASHAT) untuk menunjang gizi baduta terindikasi stunting mengacu pada BUKU KIA (Kesehatan Ibu Dan Anak) dan beberapa materi pelatihan kader posyandu dan pengolahan DASHAT yang benar, kemudian

membagikan pemberian makanan bergizi, serta monitoring setiap dua hari sekali dalam pemberian makanan bergizi dan DASHAT kepada para orang tua baduta terdampak stunting. Untuk penerapan DASHAT dan pemberian makanan bergizi pembuatannya mengikuti anjuran kader posyandu yang dimana dalam pelaksanaannya berpatokan pada pemenuhan gizi yang ada di dalam BUKU KIA. Adapun teknis sosialisasi DAHSAT dengan memberikan makanan bergizi setiap hari diberikan makanan pokok dan makanan kaya protein seperti telur, susu dan mengonsumsi sayuran dan buah-buahan namun diselingi pula makanan ringan seperti roti, kue dan lainnya.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan oleh mahasiswa dan dosen pembimbing lapangan (DPL) serta melakukan koordinasi dengan instansi terkait, seperti lurah melayu kota piring dan puskesmas di wilayah kelurahan melayu kota piring. kegiatan yang dilakukan berdasarkan hasil kesepakatan bersama dengan warga masyarakat serta melakukan sinkronisasi dengan data dari Kelurahan Melayu Kota Piring didapati bahwa untuk jumlah anak terindikasi stunting saat ini mencapai 5 anak dan gizi kurang 17 balita dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1.
Data anak terindikasi Stunting di Kelurahan Melayu Kota Piring

No	Usia	Jumlah	Keterangan
1	<1 – 2 Bulan	4	Pendek/Sangat Pendek
2	1 – 2 Tahun	1	Pendek/Sangat Pendek
3	1 – 2 Tahun	17	Gizi Kurang

Sumber : Data Olahan, 2022

Sosialisasi dilakukan dengan topik “program penerapan dapur sehat sebagai upaya penurunan angka stunting”. Pembukaan acara sosialisasi DASHAT dimulai pada pukul 10.00 Wib yang dikordinator dosen Bapak Satriadi, S.Ap.,M.Sc beserta peserta mahasiswa KKN STIE Pembangunan Tanjungpinang dengan bekerja sama dengan kader stunting di kelurahan melayu kota piring. Sosialisasi terbagi menjadi tiga sesi yaitu pembukaan, materi, dan sesi tanya jawab. Kegiatan DASHAT yang dilakukan oleh mahasiswa KPM sendiri sebagai pemenuhan kebutuhan gizi yang kedepannya dapat berpengaruh pada daya kembang pertumbuhan anak atau baduta. Adapun makanan yang diutamakan berupa sumber protein misalnya, telur, daging, kacang-kacangan ataupun lainnya serta sumber mineral dan vitamin.



Gambar 2.1. Sosialisasi cegah stunting dari dokter Puskesmas MKP

Dalam melakukan penanganan masalah gizi buruk terhadap anak diperlukan kesiapan bagi pemerintah daerah yang meliputi fasilitas dan tenaga kesehatan yang memadai, partisipasi semua pihak (pemerintah, swasta serta keterlibatan masyarakat) (황기섭 et al., 2019). Pelaksanaan kegiatan DASHAT oleh mahasiswa sendiri berfokus pada wilayah kelurahan melayu kota piring ialah menyelenggarakan pembangian makanan serta cara pengolahan makanan bergizi yang dilakukan di Aula kantor kelurahan melayu kota piring. Menu makanan yang dihidangkan berupa bubur, kemudian dalam pendistribusiannya mahasiswa juga melakukan sosialisasi dan materi tentang makanan bergizi dan manfaatnya.



Gambar 2.2. Pemberian makanan bergizi

Dari kegiatan tersebut dapat diketahui bahwa peningkatan gizi untuk baduta terindikasi stunting memang dipengaruhi dari pola asuh yang diberikan kepada baduta. Oleh karenanya, program penerapan DASHAT sebagai upaya penurunan stunting bagi bayi dan baduta dapat mempermudah orang tua yang memiliki baduta di kelurahan melayu kota piring yang masih sulit

untuk memenuhi kebutuhan gizi bagi anak-anaknya.

Gambar 3.1.Sesi Foto Bersama Kegiatan Sosialisasi



Dari hasil pelaksanaan PKM selama 40 hari berjalan sesuai rencana. Masyarakat setempat sangat antusias menerima kedatangan para mahasiswa. Aktifitas selama pelaksanaan kegiatan menunjukkan indikasi yang positif dari masyarakat.

KESIMPULAN

Seluruh kegiatan yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dan upaya mengurangi kasus serta mencegah tingginya kasus stunting. Bahwa stunting menjadi sebuah persoalan dimana upaya untuk pencegahan dan pengentasan angka anak terindikasi stunting menjadi sebuah tanggung jawab bersama termasuk dalam hal ini adalah mahasiswa. Sebab dari adanya stunting dapat memberikan efek atau dampak lain terhadap suatu lingkungan masyarakat. Dapat dibayangkan bahwa bermula dari adanya stunting menimbulkan keterlambatan daya kembang tubuh maupun pikiran, sehingga angka putus sekolah dan daya pikir masyarakat mengalami keterbelakangan, dampak setelahnya juga dapat mempengaruhi daya kerja yang nantinya dapat mempengaruhi ekonomi disebuah lingkungan masyarakat.

Lewat adanya KPM MBKM tahun 2022 mahasiswa dapat memberikan kontribusinya di wilayah lokus stunting. Salah satu upaya pengentasan stunting ialah dengan mengetahui asupan gizi bagi anak terindikasi stunting dan pemberian makanan tambahan, serta berusaha untuk memberikan sosialisasi terhadap masyarakat.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Ketua STIE Pembangunan Tanjungpinang, lurah melayu kota piring, kepala puskesmas, Tim SAPA, kader kesehatan, serta masyarakat yang telah berpartisipasi dan mendukung acara ini. Semoga dengan kegiatan yang telah kami laksanakan dapat bermanfaat bagi masyarakat yang ada di kelurahan melayu kota piring, dalam upaya penurunan stunting baik selama proses kegiatan ini berjalan sampai selesai namun kegiatan ini dapat berjalan khayalak masyarakat khususnya di Melayu kota piring.

DAFTAR REFERENSI

- Haryani, S. A. A. P. S. K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(1), 30.
- Kementrian Kesehatan RI, AL Rahmad, A. H., Miko, A., Hadi, A., Ni Ketut Erawati, Kadita, Pati, K., Indeks, N., Ig, G., Glikemik, B., Tingkat, D. A. N., Pada, K., Kumo, F., Septamarini, R. G., Widyastuti, N., Purwanti, R., Saniarto, F., Panunggal, B., Syafi'ie, M., ... Marwan, M. (2020). Balita Stunting Melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Di Kabupaten Pohuwato Provinsi Gorontalo. *Journal of Nutrition College*, 3(1), 1–27.
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8. https://doi.org/10.32528/pengabdian_iptek.v5i1.2154
- Rahmanindar, N., Zulfiana, E., & Harnawati, R. A. (2020). Pembentukan Kelompok Ibu Siaga Stunting dalam Pemulihan Balita Gizi Buruk Menggunakan Program Isi Piringku. *Jurnal PkM Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(4), 372. <https://doi.org/10.30998/jurnalpkm.v3i4.5526>
- Wardani, N. E. K., Pipit cahyani, T. I., & Rijanto, R. (2022). Pembentukan Kelompok Centing (Cegah Stunting) Melalui Kegiatan Pemberdayaan Masyarakat di Puskesmas Wilayah Rangkah. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 1(1), 98–104. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v1i1.5287>
- Haryani, S. A. A. P. S. K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(1), 30.
- Kementrian Kesehatan RI, AL Rahmad, A. H., Miko, A., Hadi, A., Ni Ketut Erawati, Kadita, Pati, K., Indeks, N., Ig, G., Glikemik, B., Tingkat, D. A. N., Pada, K., Kumo, F., Septamarini, R. G., Widyastuti, N., Purwanti, R., Saniarto, F., Panunggal, B., Syafi'ie, M., ... Marwan, M. (2020). Balita Stunting Melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Di Kabupaten Pohuwato Provinsi Gorontalo. *Journal of Nutrition College*, 3(1), 1–27. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JPMT/article/view/9804%0Ahttps://www.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/Buletin-Stunting-2018.pdf>
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8. https://doi.org/10.32528/pengabdian_iptek.v5i1.2154
- Rahmanindar, N., Zulfiana, E., & Harnawati, R. A. (2020). Pembentukan Kelompok Ibu Siaga Stunting dalam Pemulihan Balita Gizi Buruk Menggunakan Program Isi Piringku. *Jurnal PkM Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(4), 372. <https://doi.org/10.30998/jurnalpkm.v3i4.5526>
- Wardani, N. E. K., Pipit cahyani, T. I., & Rijanto, R. (2022). Pembentukan Kelompok Centing (Cegah Stunting) Melalui Kegiatan Pemberdayaan Masyarakat di Puskesmas Wilayah Rangkah. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 1(1), 98–104. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v1i1.5287>