

Penyuluhan dan Edukasi Melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Dalam Upaya Pencegahan Stunting Program Kerja Mahasiswa KKN 60 UINSU

Ahmad Fauzi Nasution¹ Sekar Ayu Larasati² Dwi Ayu Wulandari³ Nurul Sandra Maharani⁴ Khairun nisa⁵ Budi Dharma⁶

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia^{1,2,3,4,5,6}

Email: ahmadfauzinst15@gmail.com¹ sekarayularasati62@gmail.com² dwiayu290523@gmail.com³ nurulsandra13@gmail.com⁴ hhrn.nisa1122@gmail.com⁵ budidharma@uinsu.ac.id⁶

Abstrak

Stunting adalah masalah gizi kronis akibat kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu panjang sehingga mengakibatkan terganggunya pertumbuhan pada anak. Stunting juga menjadi salah satu penyebab tinggi badan anak terhambat, sehingga lebih rendah dibandingkan anak-anak seusianya. Tidak jarang masyarakat menganggap kondisi tubuh pendek merupakan faktor genetika dan tidak ada kaitannya dengan masalah kesehatan. Faktanya, faktor genetika memiliki pengaruh kecil terhadap kondisi kesehatan seseorang dibandingkan dengan faktor lingkungan dan pelayanan kesehatan. Biasanya, Stunting mulai terjadi saat anak masih berada dalam kandungan dan terlihat saat mereka memasuki usia dua tahun. Penyebab utama dari Stunting adalah malnutrisi pada ibu hamil dan kurangnya asupan gizi pada masa pertumbuhan anak. Faktor yang sering menjadi masalah Stunting ini adalah kurangnya ilmu pengetahuan ibu terhadap pentingnya memberikan asupan gizi pada anak saat dalam kandungan sampai masa pertumbuhan. Oleh karena itu, mahasiswa melaksanakan kegiatan penyuluhan dengan menyediakan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) sebagai bahan edukasi dan upaya dalam meningkatkan nutrisi yang baik terkhususnya untuk ibu hamil dan balita. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan tentang ciri, penyebab, dan Pencegahan Stunting yang kemudian menerapkan program pemerintah berupa PMT (Pemberian Makanan Tambahan). Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi referensi yang baik bagi warga desa agar lebih memperhatikan dan memberikan asupan bergizi guna mencegah terjadinya stunting dan dapat meningkatkan kesejahteraan anak-anak di masa mendatang.

Kata Kunci: Stunting, Pencegahan, Pengetahuan, Ibu dan Balita

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem resulting from a lack of nutritional intake over a long period of time, resulting in impaired growth in children. Stunting is also one of the causes of stunted height in children, making it lower than children their age. It is not uncommon for people to think that short stature is a genetic factor. And has nothing to do with health problems. In fact, genetic factors have a small influence on a person's health condition compared to environmental factors and health services. Usually, Stunting begins to occur when the child is still in the womb and becomes visible when they are two years old. The main cause of Stunting is malnutrition in pregnant women and lack of nutritional intake during the child's growth period. The factor that often becomes a problem with Stunting is a lack of knowledge. Mothers regarding the importance of providing nutritional intake to children while in the womb until the growth period. Therefore, students carry out outreach activities by providing PMT (Additional Feeding) as educational material and efforts to improve good nutrition, especially for pregnant women and toddlers. Activities counseling is carried out with the aim of providing knowledge about the characteristics, causes and prevention of stunting, which then implements the government program in the form of PMT (supplementary feeding). This activity is expected to be a good reference for village residents to pay more attention and provide nutritious food to prevent stunting. And can improve the welfare of children in the future.

Keywords: Stunting, Prevention, Knowledge, Mothers And Toddlers



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Menurut pandangan Nurfatihmah, stunting adalah kondisi dimana panjang badan atau tinggi badan yang tidak sesuai atau tidak mencapai (kurang) jika dibandingkan dengan umur. Sesuai dengan standar pertumbuhan anak menurut WHO kondisi stunting adalah kondisi yang jika di ukur panjang atau tinggi badan kurang dari minus dua standar deviasi (-2SD). Beberapa faktor seperti kondisi sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, kesakitan pada bayi, juga kurangnya kondisi saat bayi dapat menjadi penyebab dari kejadian terjadinya stunting. Berdasarkan pandangan Probosiwi dalam Khoiriyah dan siti (2020) bahwa, stunting merupakan terjadinya gangguan kesehatan pada tubuh yang tidak maksimal dengan tinggi badan dikarenakan retardasi pertumbuhan di dalam Intrauterine, dimana saat kekurangan gizi dalam tubuh dapat menjadi penghambat pertumbuhan dan perkembangan tubuh sehingga menyebabkan infeksi berkelanjutan yang berpengaruh pada tahap kehidupan penderita nya di masa mendatang. Dengan demikian, saat ini masalah ini merupakan hal yang harus diatasi untuk mensejahterakan kehidupan generasi baru bangsa, terkhusus nya anak usia balita di desa desa yang membutuhkan perhatian berupa edukasi penyuluhan dan penanggulangan. Penanggulangan stunting di Indonesia sudah kebijakan yang sangat baik, hanya saja implemen-tasinya masih harus dioptimalkan. Kebijakan dan regulasi yang ada ditingkat pusat, lanjut di daerah hingga tingkat desa dan melibatkan tidak hanya sektor kesehatan tetapi juga sektor terkait lainnya. Kebijakan di daerah terkait kerjasama lintas sektor penanggulangan stunting perlu diformulasikan sedemikian rupa sehingga kebijakan yang ada bisa dilaksanakan oleh seluruh pihak terkait dan dapat bersifat mengikat, keterlibatan elemen masyarakat, akademisi, dan swasta.

Menurut data yang dirujuk dari Kementerian kesehatan RI, semenjak tahun 2021 hingga 2022, Indonesia mengalami penurunan angka stunting sebanyak 2,8%. Hasil tersebut sesuai dengan target yang direncanakan oleh Kementerian Kesehatan, yaitu sekitar 2,7% setiap tahunnya. Maka dengan demikian upaya menurunkan stunting sebanyak 14% pada tahun 2024, diharapkan bisa tercapai sesuai dengan target RPJMN yang telah direncanakan. Beberapa upaya yang dapat dilakukan dalam pencegahan Stunting ini yaitu dengan memberikan asupan bergizi kepada ibu dan anak. Asupan bergizi dapat diolah sedemikian rupa guna meningkatkan nafsu makan anak yang terkesan suka memilah milih makanan. Maka dari itu, strategi pemberian makanan tambahan (PMT) berupa puding ini sangat cocok untuk diterapkan. Mengingat banyaknya anak-anak yang lebih menyukai cemilan, cara ini sangat efektif dalam membantu ibu memberikan asupan bernutrisi pada anak. Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang berdampak pada perkembangan fisik dan kognitif anak-anak. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), stunting didefinisikan sebagai gangguan pertumbuhan akibat kekurangan gizi kronis pada masa kritis perkembangan anak, terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan. Kondisi ini terjadi ketika tinggi badan anak lebih rendah dari standar yang ditetapkan untuk usianya. Stunting bukan hanya masalah pertumbuhan, tetapi juga berdampak pada kemampuan belajar, produktivitas ekonomi di masa depan, serta risiko penyakit degeneratif di masa dewasa.

Salah satu upaya pencegahan stunting yang banyak dilakukan adalah pemberian makanan tambahan (PMT). Program PMT ini umumnya diberikan pada kelompok balita dan ibu hamil dengan tujuan untuk meningkatkan asupan nutrisi yang dibutuhkan dalam pertumbuhan anak, khususnya di daerah-daerah dengan tingkat gizi buruk yang tinggi. PMT dapat berupa makanan padat, bubur, susu formula, ataupun makanan fortifikasi yang

mengandung zat gizi esensial seperti protein, vitamin, mineral, serta energi yang cukup. Evaluasi pemberian makanan tambahan menjadi krusial untuk memastikan bahwa program ini efektif dalam mencegah stunting. Evaluasi ini mencakup penilaian berbagai aspek, mulai dari kualitas dan kuantitas makanan tambahan yang diberikan, frekuensi pemberian, hingga dampak terhadap status gizi dan kesehatan anak. Dengan melakukan evaluasi yang komprehensif, kita dapat mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan dari program PMT, serta menyesuaikan strategi untuk mencapai hasil yang optimal. Dalam konteks ini, penting untuk memeriksa berbagai pendekatan dan model evaluasi yang telah diterapkan, termasuk metodologi yang digunakan untuk mengukur dampak PMT terhadap stunting. Melalui evaluasi yang mendalam, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih baik tentang efektivitas pemberian makanan tambahan sebagai salah satu intervensi untuk mencegah stunting, serta menyediakan data yang relevan untuk pengembangan kebijakan dan program gizi di masa depan. Pengetahuan gizi ibu balita adalah salah satu faktor kunci dalam mendukung kesehatan dan pertumbuhan anak-anak mereka. Ibu yang memiliki pemahaman yang baik tentang kebutuhan gizi anak dapat membuat keputusan yang lebih tepat terkait pemberian makanan, yang pada gilirannya dapat mencegah masalah kesehatan seperti stunting dan malnutrisi. Berikut adalah uraian tentang pentingnya pengetahuan gizi ibu balita dan bagaimana hal itu mempengaruhi kesehatan anak.

Program pemberian makanan tambahan pemulihan (PMT-P) dilaksanakan sebagai intervensi gizi untuk mempertahankan dan meningkatkan status gizi balita gizi buruk. Program PMT-P merupakan kegiatan pemberian zat gizi bagi anak usia 6-59 bulan yang mengalami gizi buruk. Bertujuan untuk memulihkan gizi penderita yang buruk dengan cara memberikan makanan dengan kandungan gizi yang cukup sehingga kebutuhan gizi penderita dapat terpenuhi. Diberikan setiap hari selama 90 hari berturut-turut secara gratis kepada balita gizi buruk. Makanan yang diberikan dapat berupa bahan makanan lokal dengan menu daerah yang disesuaikan dengan kondisi setempat namun jika bahan makanan lokal terbatas, dapat menggunakan makanan pabrikan yang tersedia. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara dan observasi diperoleh informasi bahwa dalam pelaksanaan program pemberian makanan tambahan pemuliharaan di Puskesmas Tanjung Gading masih ditemukan 5 permasalahan seperti petugas tidak melakukan telah pola makan dan perhitungan kebutuhan harian anak terlebih dahulu sebelum menentukan makanan yang akan diberikan sehingga terdapat balita yang tidak menyukai paket makanan yang diberikan, tidak melakukan pembentukan kelompok ibu balita sasaran, masih kurangnya pemantauan dan sosialisasi/penyuluhan sehingga pengetahuan orangtua balita masih kurang terhadap program PMT-P dan adanya anggota keluarga yang ikut mengkonsumsi makanan yang diberikan. Permasalahan tersebut dapat menghambat pelaksanaan program. Salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam peningkatan pengetahuan ibu mencegah stunting dan mendeteksi stunting sejak dini adalah dengan edukasi seperti pengadaan kegiatan sosialisasi. Sosialisasi pencegahan stunting sangat penting untuk dilakukan, untuk meningkatkan pengetahuan tentang penyebab, gejala, dan ciri - ciri stunting dan pentingnya gizi seimbang dan penerapan pola hidup sehat. stunting yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu dan remaja mengenai stunting dan pencegahannya.

METODE PENELITIAN

Pelaksanaan kegiatan bertempat di dua dusun yang berada di desa Tanjung Gading Kec. Sei Suka Kab. Batubara. Dusun Tanjung dan dusun Tanjung Mulia merupakan lokasi terlaksananya kegiatan. Waktu pelaksanaan ini berlangsung secara bertahap dalam kurun waktu 1 bulan. Objek sasaran kegiatan ini adalah ibu dan anak usia balita di desa Tanjung Gading. Berikut beberapa tahap kegiatan pelaksanaan:

1. Tahap Perencanaan. Sebelum memulai kegiatan tim KKN kelompok 60 melakukan tahap perencanaan bersama dosen pembimbing lapangan mengenai program kerja yang akan dilaksanakan. Selain itu, Tim KKN kelompok 60 juga meminta izin kepada bidan dan kader terkait dengan sistem pelaksanaan *stunting* yang akan dilakukan di desa Tanjung Gading.
2. Tahap pelaksanaan. Kegiatan penyuluhan ini sudah selesai dilakukan dengan melakukan beberapa prosedur yang berhubungan dengan tujuan kegiatan. Prosedur kegiatan ini dilakukan sesuai dengan metode *Community relation*, dimana metode ini dilakukan dengan sistem penyuluhan berupa pemberian informasi, Edukasi, dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang ditujukan kepada ibu hamil dan anak usia balita. Indikator kegiatan ini berhasil dengan baik dikarenakan pengetahuan masyarakat desa terkhususnya ibu hamil semakin meningkat. Hasil kinerja kegiatan ini dapat dilihat dari meningkatnya wawasan dan tumbuhnya kesadaran masyarakat desa terhadap bahaya Stunting, upaya pencegahan serta pengetahuan cara mengatasinya.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Mahasiswa KKN UINSU Kelompok 60, observasi selama 1 bulan menunjukkan bahwa terdapat sekitar 10 anak di posyandu Dusun Kandis dan Tanjung Mulia, Desa Tanjung Gading, Kabupaten Batubara. Oleh karena itu, pemerintah menginstruksikan ibu-ibu PKK atau kader posyandu untuk memberikan makanan tambahan selama 1 bulan, dengan jadwal pemberian setiap minggu sesuai menu yang disediakan oleh pihak puskesmas. Program PMT ini memberikan dampak signifikan terhadap perubahan status gizi balita, dengan berkontribusi memenuhi rata-rata kebutuhan energi yang diperlukan berdasarkan berat atau tinggi badan anak. Selain itu, partisipasi aktif dari masyarakat, terutama peran kader posyandu dan ibu-ibu PKK, sangat penting dalam memastikan keberhasilan program ini. Mereka tidak hanya bertanggung jawab dalam mendistribusikan makanan tambahan, tetapi juga memberikan edukasi kepada orang tua tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang. Dengan adanya sinergi antara pemerintah, kader posyandu, dan masyarakat, diharapkan program ini dapat secara berkelanjutan meningkatkan kesehatan anak-anak dan untuk perbaikan gizi anak-anak di masa mendatang.

Pembahasan

Stunting adalah kondisi di mana anak memiliki berat badan kurang dari dua standar deviasi di bawah rata-rata untuk usianya, yang menyebabkan terhambatnya pertumbuhan sehingga tinggi badan anak tidak mencapai standar normal dan sehat. Ini merupakan bentuk malnutrisi kronis yang menunjukkan kekurangan gizi jangka panjang pada anak. Stunting dapat dilihat melalui pengukuran indeks antropometri tinggi badan terhadap usia, yang mencerminkan gangguan pertumbuhan linier, baik sebelum maupun setelah kelahiran, akibat kurangnya gizi dan/atau perawatan kesehatan yang tidak memadai. Hal ini terjadi karena anak gagal mencapai potensi pertumbuhan genetiknya akibat pola makan yang buruk atau adanya penyakit. Stunting pada masa kanak-kanak meningkatkan risiko kematian, menghambat perkembangan kognitif dan motorik, serta mengganggu fungsi tubuh. Anak-anak yang mengalami stunting juga berisiko mengalami penurunan IQ, yang berdampak pada prestasi belajar dan kesulitan dalam melanjutkan pendidikan. Selain memiliki tinggi badan lebih pendek, anak-anak yang stunting juga akan mengalami dampak negatif pada kecerdasan, produktivitas, dan prestasi di masa dewasa, yang pada akhirnya membebani negara. Secara estetika, pertumbuhan yang tidak proporsional juga dapat mempengaruhi daya tarik fisik. Gangguan pertumbuhan akibat kekurangan gizi di masa emas ini memiliki dampak jangka panjang yang sulit diperbaiki.

Stunting mengindikasikan kekurangan gizi dalam waktu lama, termasuk kurangnya energi, protein, dan mikronutrien penting. Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bertujuan untuk memberikan makanan yang aman, berkualitas, dan sesuai dengan kebutuhan gizi balita, dengan memperhatikan keamanan pangan dan gotong royong. PMT terdiri dari dua jenis: PMT Pemulihan dan PMT Konseling, yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan gizi balita. Peningkatan program PMT penting untuk mencukupi kebutuhan ini, termasuk pemahaman tentang gizi pada balita serta edukasi bagi ibu. Pemulihan melalui PMT dilakukan dengan memberikan makanan atau bahan pangan lokal sebagai tambahan untuk balita yang mengalami gizi buruk, bukan sebagai pengganti makanan pokok. Suplemen makanan ini menggunakan bahan lokal sebagai prioritas utama. Pemulihan PMT diberikan sekali seminggu selama 1 bulan dan dapat diproduksi secara lokal. Produk PMT Recovery yang disediakan oleh Mahasiswa UINSU KKN Kelompok 60 adalah Puding Labu. Puding ini merupakan camilan sehat yang memberikan kalsium penting bagi pertumbuhan anak. Puding juga mengandung berbagai vitamin dan mineral yang dibutuhkan oleh anak-anak. Labu sendiri kaya akan vitamin C, yang membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh anak. Selain itu, labu mengandung beta karoten, yang berfungsi sebagai antioksidan untuk mengurangi stres oksidatif pada organ tubuh, dan membantu mencegah risiko penyakit seperti kanker dan diabetes di masa depan. Dengan demikian, bayi dapat tumbuh sehat dan kuat.

Mahasiswa KKN Kelompok 60 UINSU juga memberikan penyuluhan atau konseling PMT dengan tujuan menambah asupan gizi bagi balita. Penyuluhan ini ditujukan kepada orang tua balita, dengan fokus mengenalkan konsep makanan sehat, memenuhi kebutuhan gizi anak, dan mendapatkan dukungan masyarakat untuk pertumbuhan anak yang optimal. Melalui Posyandu, konseling gizi diberikan kepada ibu yang memiliki anak usia 1-9 bulan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku mereka dalam memberikan MP-ASI, yang berpengaruh pada pola pemberian makan anak. Gizi buruk terjadi pada saat bayi dalam kandungan ibu dan pada hari pertama setelah kelahiran anak, namun masalah stunting baru terlihat setelah anak berusia 2 tahun. Pencegahan stunting tentunya sangat berperan penting bagi ibu hamil dalam menjaga kesehatan janin dalam kandungannya. Salah satu yang dapat dilakukan adalah pemeriksaan ibu hamil yang meliputi pemeriksaan fisik, pengukuran tinggi badan, berat badan, suhu tubuh dan tekanan darah. Selain pemeriksaan fisik, pemeriksaan lain mungkin diperlukan, termasuk pemeriksaan laboratorium dan USG. Pencegahan stunting dapat dilakukan setelah bayi berusia 2 tahun, dengan memberikan kolostrum (cairan pertama ASI yang berwarna kekuningan saat ibu baru melahirkan), diberi ASI eksklusif selama 6 bulan, dan diberikan MPASI sampai bayi sudah berusia lebih dari 6 bulan. Bayi yang diberi kolostrum membawa banyak manfaat bagi bayi. Bayi yang tidak diberi kolostrum memiliki kemungkinan 61 kali lebih besar mengalami keterlambatan pertumbuhan dibandingkan bayi yang diberi kolostrum (Fitria, 2022).

Beberapa kegiatan terkait pemanfaatan labu kuning untuk memenuhi kebutuhan gizi anak, dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat antara lain pengolahan labu kuning. Dengan menambahkan santan kental, terciptalah puding labu kuning yang dapat memenuhi kebutuhan gizi anak dan mencegah stunting. Pengabdian Masyarakat Kelompok 60 memberikan edukasi dan PMT kepada posyandu Kasih Bunda guna untuk mencegahnya stunting. Adapun dampak komunikasi verbal antara orang tua atau pengasuh pada saat waktu makan anak (Bentley et al., 2011). Asupan makanan anak dipengaruhi oleh lokasi geografis sehubungan dengan sosio-ekonomi, demografi, kebutuhan rumah tangga, faktor lingkungan, karakteristik orang tua, kesehatan dan kebiasaan makan anak, serta status gizi anak (Kimani-Murage et al., 2015; Ntenda et al., 2018).



KESIMPULAN

Stunting adalah ketidaksesuaian tumbuh kembang tubuh anak yang dapat berpengaruh pada kesehatan dan degenerasi kedepannya. Pemberian makanan bernutrisi pada anak dapat mencegah terjadinya stunting. Pengetahuan ibu terkait bahaya Stunting dan cara pencegahannya ini sangat diperlukan karena ibu merupakan orang yang paling berperan dalam tumbuh kembang anak. Dengan melakukan sistem PMT (Pemberian Makanan Tambahan) ini diharapkan mampu meningkatkan status gizi anak dan ibu hamil menjadi lebih baik.

Ucapan Terimakasih

Kami selaku Kelompok KKN 60 UINSU sangat berterima kasih sebesar besarnya kepada seluruh masyarakat desa Tanjung gading, terkhususnya bapak (Kepala Desa Arli Nardi) yang sudah mau menerima kami dengan hangat di Desa Tanjung Gading selama 1 bulan lebih. Banyak sekali pelajaran dan pengetahuan tentang hidup bermasyarakat yang dapat kami ambil di Desa Tanjung Gading ini. Harapan kami semoga dengan kehadiran kami dapat memberikan efek yang baik untuk seluruh masyarakat desa ke depannya dan semoga desa Tanjung Gading bisa menjadi desa yang lebih baik ke depannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. Upaya Percepatan Penurunan Stunting: Evaluasi Pelaksanaan Tahun 2018 & Rencana Tindak Tahun 2019. 2018. Jakarta.
- Fitriyanti, Farida dan Tatik Mulyati, 2012, Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan (PMT-P) terhadap Status Gizi Balita Gizi Buruk di Dinas Kesehatan Kota Semarang, *Journal of Nutrition College*, Volume 1;373-38
- Jupri, A., Husain, P., Putra, A. J., Sunarwidi, E., & Rozi, T. (2022). Sosialisasi Kesehatan Tentang Stunting, Pendewasaan Usia Pernikahan dan Pengenalan Hak Kesehatan Reproduksi Remaja (HKSR). *Alamtana: Jurnal Pengabdian Masyarakat Unw Mataram*, 3(2), 107-112.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Situasi Gizi di Indonesia*. Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI. Jakarta.
- Nurfatimah, N., Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Sitorus, S. B. M., & Longgupa, L. W. (2021). Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 97-104