

Pemberian Makanan Tambahan dalam Mengurangi Angka *Stunting*

Yulianah Sulaiman¹, M. Abdul², Dyan Tri Putri³
^{1,2,3}Program Studi D3 Keperawatan, STIKES Bina Bangsa Majene
 email : yulianahsulaiman31@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan: Tingginya angka stunting di Indonesia, yakni dari 34 provinsi hanya ada dua provinsi yang jumlahnya di bawah 20% (batas angka stunting dari WHO). Untuk mengatasinya, pemerintah berkomitmen untuk menurunkan angka stunting melalui beberapa kebijakan kesehatan. Kebijakan tersebut berupa program yang dicanangkan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) RI di antaranya Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK), Pemberian Makanan Tambahan (PMT), dan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). pemberian makanan tambahan pada anak usia sekolah dasar diperlukan dalam rangka meningkatkan asupan gizi untuk menunjang kebutuhan gizi selama di sekolah dan di usianya saat remaja. Makanan tambahan yang diberikan dapat berbentuk makanan keluarga berbasis pangan lokal dengan resep-resep yang dianjurkan. Makanan lokal lebih bervariasi namun metode dan lamanya memasak sangat menentukan ketersediaan zat gizi yang terkandung di dalamnya. Suplementasi gizi dapat juga diberikan berupa makanan tambahan pabrikan, yang lebih praktis dan lebih terjamin komposisi zat gizinya. **Metode:** pembagian biskuit yang mengandung zat gizi tinggi akan vitamin, disela pembagian biskuit juga dilakukan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya pemberian makanan tambahan bagi balita. **Hasil:** Hasil yang didapatkan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan dan sikap ibu pentingnya pemberian makanan tambahan bagi balita. **Kesimpulan:** Kegiatan pembagian makanan tambahan dan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya pemberian makanan tambahan bagi balita memberikan manfaat yang sangat luarbiasa terhadap peningkatan gizi dan tidak kalah pentingnya pengetahuan ibu dapat bertambah.

Kata Kunci: *Stunting*, Balita, Makanan tambahan

PENDAHULUAN

Tingginya angka stunting di Indonesia, yakni dari 34 provinsi hanya ada dua provinsi yang jumlahnya di bawah 20% (batas angka stunting dari WHO). Untuk mengatasinya, pemerintah berkomitmen untuk menurunkan angka stunting melalui beberapa kebijakan kesehatan. Kebijakan tersebut berupa program yang dicanangkan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) RI di antaranya Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK), Pemberian Makanan Tambahan (PMT), dan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). PIS-PK telah ditetapkan dalam Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) RI nomor 39 tahun 2016 tentang pedoman penyelenggaraan PIS-PK. Program ini dilakukan dengan mendatangi langsung ke masyarakat untuk memantau kesehatan masyarakat, termasuk pemantauan gizi masyarakat untuk menurunkan angka stunting oleh petugas Puskesmas.

PIS-PK merupakan salah satu cara Puskesmas untuk meningkatkan jangkauan sasaran dan mendekatkan akses pelayanan kesehatan di wilayah kerjanya dengan mendatangi keluarga.

Diharapkan gizi masyarakat akan terpantau di seluruh wilayah terutama di daerah dan perbatasan agar penurunan angka stunting bisa tercapai. Kemudian, terkait PMT sudah di atur dalam Permenkes RI nomor 51 tahun 2016 tentang Standar Produk Suplementasi Gizi. Dalam Permenkes itu telah diatur Standar Makanan Tambahan untuk Anak Balita, Anak Usia Sekolah Dasar, dan Ibu Hamil. Pemberian makanan tambahan yang berfokus baik pada zat gizi makro maupun zat gizi mikro bagi balita dan ibu hamil sangat diperlukan dalam rangka pencegahan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) dan balita stunting.

Sedangkan pemberian makanan tambahan pada anak usia sekolah dasar diperlukan dalam rangka meningkatkan asupan gizi untuk menunjang kebutuhan gizi selama di sekolah dan di usianya saat remaja. Makanan tambahan yang diberikan dapat berbentuk makanan keluarga berbasis pangan lokal dengan resep-resep yang dianjurkan. Makanan lokal lebih bervariasi namun metode dan lamanya memasak sangat menentukan ketersediaan zat gizi yang terkandung di dalamnya. Suplementasi gizi dapat juga diberikan berupa makanan tambahan pabrikan, yang lebih praktis dan lebih terjamin komposisi zat gizinya. Selain itu, pemenuhan gizi anak sejak dini bahkan sejak dalam kandungan atau disebut 1000 HPK perlu diperhatikan. 1000 HPK dimulai sejak dari fase kehamilan (270 hari) hingga anak berusia 2 tahun (730 hari).

Tantangan gizi yang dialami selama fase kehamilan adalah status gizi seorang wanita sebelum hamil. Hal itu sangat menentukan awal perkembangan plasenta dan embrio. Berat badan ibu pada saat pembuahan, baik menjadi kurus atau kegemukan dapat mengakibatkan kehamilan beresiko dan berdampak pada kesehatan anak dikemudian hari. Kebutuhan gizi akan meningkat pada fase kehamilan, khususnya energi, protein, serta beberapa vitamin dan mineral sehingga ibu harus memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsinya.

Janin memiliki sifat plastisitas (fleksibilitas) pada periode perkembangan. Janin akan menyesuaikan diri dengan apa yang terjadi pada ibunya, termasuk apa yang dimakan oleh ibunya selama mengandung. Jika nutrisinya kurang, bayi akan mengurangi sel-sel perkembangan tubuhnya. Oleh karena itu, pemenuhan gizi pada anak di 1000 HPK menjadi sangat penting, sebab jika tidak dipenuhi asupan nutrisinya, maka dampaknya pada perkembangan anak akan bersifat permanen. Perubahan permanen inilah yang menimbulkan masalah jangka panjang seperti stunting. (Rokomyanmas).

Maka itu, kondisi ini bisa memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak secara keseluruhan. Dampak jangka pendek stunting adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pada pertumbuhan fisiknya, serta gangguan metabolisme. Dampak jangka panjangnya, stunting yang tidak ditangani dengan baik sedini mungkin berdampak:

1. Menurunkan kemampuan perkembangan kognitif anak
2. Kekebalan tubuh lemah sehingga mudah sakit
3. Risiko tinggi munculnya penyakit metabolik seperti kegemukan
4. Penyakit jantung
5. Penyakit pembuluh darah
6. Kesulitan belajar

Bahkan, ketika sudah dewasa nanti, anak dengan tubuh pendek akan memiliki tingkat produktivitas yang rendah dan sulit bersaing di dalam dunia kerja. Bagi anak perempuan yang mengalami stunting, ia berisiko untuk mengalami masalah kesehatan dan perkembangan pada keturunannya saat sudah dewasa. Hal tersebut biasanya terjadi pada wanita dewasa dengan tinggi badan kurang dari 145 cm karena mengalami stunting sejak kecil.

Ibu hamil yang bertubuh pendek di bawah rata-rata (*maternal stunting*) akan mengalami perlambatan aliran darah ke janin serta pertumbuhan rahim dan plasenta. Bukan tidak mungkin,

kondisi tersebut berdampak pada kondisi bayi yang dilahirkan. Bayi yang lahir dari ibu dengan tinggi badan di bawah rata-rata berisiko mengalami komplikasi medis yang serius, bahkan pertumbuhan yang terhambat. Perkembangan saraf dan kemampuan intelektual bayi tersebut bisa terhambat disertai dengan tinggi badan anak tidak sesuai usia. Selayaknya *stunting* yang berlangsung sejak kecil, bayi dengan kondisi tersebut juga akan terus mengalami hal yang sama sampai ia beranjak dewasa.

Maka dari itu pemberian makanan tambahan (**PMT**) merupakan sebuah program yang bertujuan untuk kesehatan bayi dan balita, memastikan tumbuh kembang anak sesuai dengan umurnya, dan mencegah **stunting**. Program ini diadakan guna untuk mencegah *stunting*, yakni gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu yang lama. Kondisi ini menyebabkan penghambatan perkembangan dan pertumbuhan bayi sehingga bayi menjadi pendek. *Stunting* terjadi mulai dari dalam kandungan dan baru terlihat saat anak berusia dua tahun. Maka dari itu program bantuan ini diperuntukan untuk Bumil (Ibu Hamil) dan Baduta (Bayi Bawah Dua Tahun). Berdasarkan latar belakang diatas maka kami dosen STIKes Bina Bangsa Majene merasa terpenggil untuk melakukan pengabdian masyarakat berupa pembagian makanan tambahan untuk bayi dan balita.

METODE

Dalam tahap persiapan kegiatan, diawali dengan pengurusan perijinan kegiatan ke Bakesbangpolinmas Kabupaten Majene. Ketua tim melakukan koordinasi dengan camat Pamboang serta petugas lapangan di Puskesmas Pamboang terkait rencana pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Koordinasi juga dilakukan kepada kepala Poskesdes Bonde Utara untuk melancarkan kegiatan pembagian makanan tambahan guna pembagian yang dilakukan tepat sasaran sesuai yang membutuhkan.

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan melakukan pembagian makanan tambahan dan memberikan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya pemberian makanan tambahan untuk balita. Setelah melakukan pembagian makanan tambahan dan pemberian materi acara di lanjutkan dengan memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya mengenai hal hal yang berhubungan dengan pemberian makanan tambahan bagi balita.

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini menggunakan pendanaan dari STIKES Bina Bangsa Majene , dengan melibatkan 1 orang dosen dan 2 orang mahasiswa dari program Studi D III Keperawatan. Semua mahasiswa yang terlibat dalam pengabdian masyarakat ini memiliki kompetensi, dan pengalaman di bidang kesehatan anak sehingga mampu untuk melaksanakan kegiatan ini secara baik.

Rangkaian acara dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi pembukaan, pretest, pemberian materi tentang pentingnya pemberian makanan tambahan bagi balita. Materi disampaikan oleh Yulianah Sulaiman, S.Kep.,Ns.,M.Kep. Topik yang disampaikan yaitu pentingnya pemberian makanan tambahan bagi balita guna memenuhi kebutuhan gizi balita agar terhindar dari stanting.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan di ruang pertemuan kantor desa Bonde utara Kecamatan Pamboang Kabupaten Majene pada tanggal 18 maret 2023 dengan dihadiri oleh petugas Polindes Bonde utara, staf desa dan ibu ibu yang memiliki anak balita. Setelah pelaksanaan penyuluhan dan diskusi, kegiatan dilanjutkan dengan post tes untuk menilai perubahan pengetahuan dari ibu ibu yang belum mengetahui pentingnya pemberian makanan

tambahan bagi balita.

Kegiatan pengabdian masyarakat telah terlaksana secara lancar sesuai rencana. Pretest dilakukan sebelum pemberian materi untuk melihat pengetahuan dan sikap peserta sebelum pemberian materi. Proses penyampaian materi berlangsung secara baik dan lancar. Pada sesi tanya jawab beberapa ibu-ibu tertarik untuk bertanya tentang materi yang telah disampaikan. Hal tersebut menunjukkan antusiasme dari para peserta kegiatan untuk meningkatkan pemahamannya pentingnya pemberian makanan tambahan untuk balita.

PEMBAHASAN

Pembagian makanan tambahan dan pendidikan kesehatan sebagai bagian promosi kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu yang lebih baik sehingga masyarakat mau dan mampu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan (Maulana, 2013). Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang pentingnya pemberian makanan tambahan untuk balita didapatkan peningkatan pengetahuan dari ibu-ibu di Kecamatan Pamboang khususnya di desa Bonde Utara. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa promosi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan ibu tentang kanker serviks untuk mendukung peningkatan perilaku deteksi dini (Ismarwati, Sutaryo, & Widyatama, 2011). Sebuah hasil penelitian di Nigeria mendukung bahwa promosi kesehatan akan meningkatkan pengetahuan melakukan deteksi dini kanker serviks (Chizoma M. Ndikom & Ofi, 2017).

Promosi Kesehatan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dalam bentuk pendidikan kesehatan pentingnya pemberian makanan tambahan untuk balita. Pada materi tentang pentingnya pemberian makanan tambahan untuk balita dijelaskan tentang pengertian makanan tambahan. Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, pengalaman, keyakinan dan sosial budaya. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah untuk menerima informasi atau yang berkaitan dengan pengetahuan. Semakin banyak pengalaman seseorang tentang suatu hal, maka akan semakin bertambah pula pengetahuan seseorang akan hal tersebut (Notoatmodjo, 2012). Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini mayoritas memiliki tingkat pendidikan SMA, sehingga memiliki kemampuan untuk menerima informasi secara baik dan meningkatkan pengetahuan mereka tentang pentingnya pemberian makanan tambahan untuk balita. Peningkatan pengetahuan para peserta didukung oleh faktor pengalaman, dimana dikaitkan dengan usia peserta yang mayoritas berusia di atas 30 tahun. Dengan banyaknya peserta yang berusia di atas 30 tahun menunjukkan bahwa mereka telah memiliki banyak pengalaman yang dikaitkan dengan pentingnya pemberian makanan tambahan untuk balita seperti mendapatkan informasi dari berbagai sumber baik secara langsung dari berbagai pihak, maupun media massa.

Setelah diberikan pendidikan kesehatan didapatkan peningkatan sikap dari ibu-ibu di Bonde utara dalam hal menyediakan makanan tambahan untuk anak mereka guna memenuhi gizi yang sangat penting untuk kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan akan diikuti dengan peningkatan sikap positif. Dengan pemberian informasi tentang pentingnya pemberian makanan tambahan maka akan mempengaruhi sikap dari ibu untuk menyediakan makanan tambahan untuk buah hati mereka. Dari hasil kuesioner didapatkan masih terdapat ibu yang memiliki sikap negatif, hal ini disebabkan perubahan sikap seseorang tidak bisa melalui waktu yang singkat. Komponen dari sikap meliputi kognitif, afektif dan kecenderungan bertindak yang merupakan kesatuan sistem. Ketiganya secara bersama-sama membentuk sikap pribadi (Azwar, 2013).

Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, pengalaman, keyakinan dan sosial budaya. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah untuk menerima informasi atau yang berkaitan dengan pengetahuan. Semakin banyak pengalaman seseorang tentang suatu hal, maka akan semakin bertambah pula pengetahuan seseorang akan hal tersebut (Notoatmodjo, 2012). Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini mayoritas memiliki tingkat pendidikan SMA, sehingga memiliki kemampuan untuk menerima informasi secara baik dan meningkatkan pengetahuan mereka tentang makanan tambahan.

SIMPULAN

Pengetahuan dan sikap ibu Kecamatan Pamboang kabupaten Majene yang dipusatkan di Polindes Bonde Utara mengalami peningkatan pentingnya pemberian makanan tambahan bagi balita setelah pelaksanaan pengabdian masyarakat. Tindakan ibu untuk bersedia menyediakan makanan tambahan buat buah hati mereka menunjukkan ibu mengerti akan pendidikan kesehatan yang telah di berikan pada perogram pengabdian masyarakat kali ini.

DAFTAR PUSTAKA

- M. A. Putri & F Yuliana, Meningkatkan Pengetahuan Siswa Tentang Jananan Sehat . APMA : Jurnal Pengabdian Masyarakat, Volume 1 Nomor 2 Juli 2021.
- Ariandani, B. (2011). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar. Bondika_Ariandani_aprillia_G2C007016.pdf Cahyadi., W. (2008). Analisi dan Aspek Kesehatan Bahan Tambahan Manakan. Jakarta. BumiAksara Depdiknas. (2008). Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan, Jakarta Dikmenum. Devi, N. (2012). Anak Sekolah. Jakarta. Kompas
- Kusmiyati. (2016). Penyuluhan tentang Pemilihan Jajanan Sehat Pada Siswa SDN 1 Tamansari. Laporan pengabdian pada masyarakat, LPPM Unram. Mataram Hamida,
- Khairuna., Zulaekah, Siti., Mutalazimah. (2012). Penyuluhan Gizi dengan Media Komik untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Keamanan Makanan Jajanan. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 8(1): 67-73 Pudjiati S. (2001). Ilmu Gizi klinis pada anak. Jakarta. FKUI Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 722/MenKes/Per/IX/1988. Bahan Tambahan Makanan
- Santosa, S. dan Ranti, A. L. (2009). Kesehatan & Gizi. Jakarta, Rineka Cipta Sibagariang, E. E. (2010). Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi. Jakarta, Trans Info Media.
- Winarno,F.,G., dan Rahayu. (1994). Bahan Tambahan Makanan Untuk Pangan dan Kontaminan. Cet 1. Jakarta. Pustaka Sinar Harapan
- Sri Rahmayanti, Citrakesumasari, Safrullah Amir, Nurahedar Jafar, Nurzakiah. Analisis Zat Gizi Makro PMT Ibu Menyusui Es Krim Berbasis Susu Kedelai Vol. 11 No. 2 (2022): Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia / Articles. DOI: <https://doi.org/10.30597/jgmi.v11i2.21764>
- Rezqiqah Aulia Rahmat, Rahmat Pannyiwi, Naomi Malaha, Andi Arfah. (2022), Bersahabat Dengan Covid_19, Sahabat Sosial : Jurnal Pengabdian Masyarakat 1 (1), 14-17. <https://jurnal.agdosi.com/index.php/jpemas/article/view/8>
- Nurlita Putri, demsa simbolon. Pengaruh Pemberian MP-ASI Terhadap Kejadian Stunting. Vol. 11 No. 2 (2022): Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia / ArticlesPoltekkes Kemenkes Bengkulu. <http://orcid.org/0000-0002-4603-5351>.
- Rezqiqah Aulia Rahmat, Rahmat Pannyiwi, Muhammad Syafri, Sahdan M. (2022), PKM Pantu Asuhan Nurul Amal. Jurnal Sahabat Sosial: VOL. 1 NO. 1 (2022):

SEPTEMBER. <https://jurnal.agdosi.com/index.php/jpemas/article/view/10>