

PEMBERDAYAAN IBU-IBU PKK DALAM PEMENUHAN GIZI BAGI ANAK PRA SEKOLAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI KELURAHAN KALISEGORO

Ari Yuniastuti^{1*}, Sugianto², Nugrahaningsih WH³, Lisdiana⁴, Ning Setiati⁵,
Wiwi Isnaeni⁶, Ely Rudyatmi⁷

1,2,3,4,5,6,7Universitas Negeri Semarang, Indonesia
ari_yuniastuti@yahoo.co.id¹, sugianto@mail.unnes.ac.id²
nugrahaningsihwh@gmail.com³, lisdiana@mail.unnes.ac.id⁴
ningsetiati@mail.unnes.ac.id⁵, wiwiisna@mail.unnes.ac.id⁶
elyrudy@mail.unnes.ac.id⁷

Received: 05-10-2023	Revised: 05-10-2023	Approved: 07-10-2023
----------------------	---------------------	----------------------

ABSTRAK

Stunting merupakan suatu kondisi dimana anak mengalami gangguan pertumbuhan, sehingga tinggi badan anak tidak sesuai dengan usianya, sebagai akibat dari masalah gizi kronis yaitu kekurangan asupan gizi dalam waktu yang lama. Stunting berdampak negatif terhadap kecerdasan anak dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular pada anak, seperti diabetes mellitus, kanker, dan penyakit jantung koroner pada saat dewasa nantinya. Stunting dapat dicegah dengan dengan berbagai strategi yaitu intervensi gizi spesifik (kecukupan asupan makanan dan gizi, pola asuh, dan pengobatan infeksi/penyakit) dan gizi sensitif (akses pangan bergizi; akses pengasuhan gizi ibu dan anak; akses dan kualitas pelayanan gizi dan kesehatan; dan penyediaan air bersih dan sarana sanitasi). Pelaksanaan intervensi gizi spesifik dan sensitif ini sebaiknya secara terpadu. Pengalaman global menunjukkan bahwa menerapkan tindakan terpadu untuk menargetkan kelompok prioritas di area prioritas merupakan kunci keberhasilan dalam meningkatkan gizi anak, pertumbuhan dan perkembangan, serta mencegah stunting. Namun, di wilayah kelurahan Kalisegoro pengetahuan ibu-ibu PKK tentang pemenuhan gizi seimbang masih rendah. Hal ini disebabkan oleh kurangnya edukasi terkait makanan gizi seimbang untuk mencegah stunting. Berdasarkan gambaran dari potret permasalahan yang dihadapi mitra, maka dilakukan kegiatan Pelatihan tentang makanan bergizi untuk anak pra sekolah dengan memanfaatkan bahan pangan lokal daun kelor, cara pengolahan menjadi berbagai produk makanan untuk anak pra sekolah yang benar oleh Tim pengabdian Unnes dengan sasaran Ibu-ibu PKK. Pada tahap awal telah dilakukan pertemuan dengan ibu Ika Setyowati selaku ketua PKK dan sosialisasi pada ibu PKK tentang rencana kegiatan pengabdian dan penyuluhan tentang makanan gizi seimbang. Tahap selanjutnya adalah pelatihan cara pengolahan bahan pangan lokal menjadi berbagai aneka produk makanan seperti : 1) Dimsum daun kelor, 2) Poding kelor, dan 3) Nugget ikan dan daun kelor. Luaran kegiatan pengabdian ini antara lain publikasi pada jurnal Karya Abdi Masyarakat Penerbit LPPM Universitas Jambi dengan judul artikel "Pemberdayaan Ibu-Ibu PKK Dalam Pemenuhan Gizi Bagi Anak Pra Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kelurahan Kalisegoro" serta publikasi pada media online lokal Suara Merdeka, serta media online web MIPA, dan video kegiatan.

Kata kunci : Gizi, Ibu-ibu PKK, Stunting.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu kondisi dimana anak terhambat pertumbuhannya, sehingga tinggi badan anak tidak sesuai dengan usianya, sebagai akibat dari masalah gizi ancaman bagi bangsa karena kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan ini dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan otak,

sehingga berdampak negatif terhadap kecerdasan anak dan juga risiko anak untuk terkena penyakit tidak menular, seperti diabetes mellitus, kanker, dan penyakit jantung koroner pada saat dewasa nantinya dapat meningkat (Kemenkes, 2018).

Menurut laporan dari World Bank pada tahun 2017, Indonesia merupakan negara keempat di dunia dengan jumlah balita stunting tertinggi, hanya sedikit lebih rendah dibandingkan dengan India, Pakistan, dan Nigeria. Selain itu, data prevalensi balita stunting yang dikumpulkan World Health Organization (WHO), Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di Regional Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR) (WHO, 2021).

Salah satu faktor penyebab terjadinya stunting yaitu pemberian makanan pendamping ASI/MP-ASI dan PMT-Balita yang tidak memadai, meliputi, buruknya kualitas mikronutrien, kurangnya keragaman makanan, rendahnya kadar energi dari makanan pendamping, pemberian makanan yang tidak memadai selama dan setelah penyakit, konsistensi makanan, pemberian makanan yang tidak cukup (Fitriyani et al., 2019). Pola pemberian makanan sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan berat badan bayi. Pola pemberian makanan pada bayi sangat berhubungan dengan berat badan bayi, karena pola tersebut memberikan gambaran frekuensi pemberian makan, jenis/ bentuk makanan maupun jumlah takaran yang diberikan (Hardiningsih et al., 2020).

Kelurahan Kalisegoro merupakan salah satu kelurahan di kecamatan Gunungpati, Kota Semarang. Kelurahan Kalisegoro merupakan salah satu lokus stunting di Kota Semarang Ibu-Ibu PKK perlu dilibatkan dalam upaya penanggulangan stunting dan peningkatan derajat kesehatan di Kelurahan Kalisegoro. Beberapa RT di wilayah Kelurahan Kalisegoro belum mendapatkan pengetahuan yang baik dalam upaya pencegahan stunting. Salah satunya RT 01 di Kelurahan Kalisegoro. Padahal pengetahuan dalam upaya pencegahan stunting ini sangat diperlukan, mengingat ibu-ibu yang sangat berperan dalam pemenuhan gizi bagi anak-anaknya sehingga stunting dapat dicegah. Harapannya, dengan adanya pemberdayaan Ibu-Ibu PKK dalam pemenuhan gizi bagi anak pra sekolah dapat menjadi upaya pencegahan stunting.

Ketua PKK Kelurahan dan Pokja yang menangani Kesehatan : Ibu Ika Setyowati mengharapkan adanya kegiatan untuk menurunkan tingkat kasus stunting di RT 01 Kelurahan Kalisegoro. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka tim pengabdian masyarakat Universitas Negeri Semarang mencoba menawarkan solusi, yaitu : Pemberdayaan Ibu-Ibu PKK Dalam Pemenuhan Gizi Bagi Anak Pra Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kelurahan Kalisegoro. Bersama mahasiswa UNNES Giat akan dilakukan kegiatan pemberdayaan ibu-ibu PKK di RT 01 Kelurahan Kalisegoro. Keberlanjutan program ini diharapkan Kegiatan ibu-ibu PKK dapat berkesinambungan, sehingga dapat memberikan manfaat bagi masyarakat terutama ibu-ibu di RT 01 Kelurahan Kalisegoro.

METODE KEGIATAN

Metode dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan diimplementasikan dalam 4 (empat) tahapan kegiatan, yakni; (1) Persiapan, (2) Sosialisasi, (3) Pelaksanaan Kegiatan, serta (4) Monitoring dan Evaluasi.

1. **Persiapan**

Koordinasi dengan mitra, perijinan kegiatan pengabdian kepada ibu lurah Kalisegoro dan bapak ketua RT 01 Kelurahan Kalisegoro, persiapan alat dan bahan, publikasi/undangan dan administrasi.

2. **Sosialisasi**

Sosialisasi disampaikan dalam rangka memaparkan program kegiatan yang akan dilakukan tim pengabdian. Dengan adanya sosialisasi ini masyarakat dapat mengetahui tahapan-tahapan dan program yang akan dilakukan. Harapannya masyarakat dapat memahami dan berkomitmen dalam mendukung kegiatan yang akan dilakukan di wilayahnya.

3. **Pelaksanaan**

Metode pendekatan yang digunakan adalah ceramah dan tanya jawab/penyuluhan/ informasi/ edukasi, diskusi dan praktek/workshop/Pelatihan/ bimbingan teknik.

a. Ceramah dan tanya jawab/penyuluhan

Metode ini dilakukan melalui pemaparan materi yang bersifat teori, tentang asupan makanan bergizi bagi ibu hamil, bayi dan balita terutama dalam 1000 HPK, pola asuh orang tua (life style) yang sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anakpra sekolah terutama pertumbuhan dan perkembangan otak,

b. Praktek/ Pelatihan/ workshop

Praktek/pemberian keterampilan secara langsung kepada Ibu-Ibu PKK RT 01 dilakukan untuk menambah keterampilan. Pelatihan dilakukan oleh tim pengabdian dibantu oleh pihak yang berkompeten pada bidangnya. Praktek/pemberian ketrampilan/ workshop tentang :

- 1) Praktek tata cara konseling dan penyuluhan mengenai asupan makanan bergizi bagi ibu hamil, bayi dan balita terutama dalam 1000 HPK
- 2) Praktek pengolahan makanan bergizi berbais daun kelor
- 3) Praktek tata cara pola asuh orang tua (life style) yang baik.

c. Pendampingan

Bimbingan dan Pembinaan, yaitu Ibu-Ibu PKK yang telah mencoba melakukan kegiatan secara mandiri.

4). **Monitoring dan Evaluasi**

- a. Monitoring kegiatan PKK secara mandiri setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan
- b. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan kegiatan ini. Evaluasi dilakukan tiga tahap, yaitu sebelum, selama, dan setelah kegiatan. Evaluasi sebelum (pra)kegiatan digunakan sebagai pembanding, yang menggambarkan kondisi awal pengetahuan dan keterampilan peserta. Setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian ini selesai, para peserta diberikan kesempatan untuk memberikan refleksi, pengalaman pribadi selama mengikuti kegiatan. Selain itu juga pengisian angket kepuasan pelaksanaan pelatihan , pendampingan kader aktif dan pemeliharaan jaringan dengan mitra.
- c. Pelestarian Kegiatan, yaitu setelah kegiatan selesai dilaksanakan, diharapkan ketua PKK dapat melanjutkan kegiatan melalui koordinasi dengan tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan program pengabdian kepada masyarakat tentang Pemberdayaan Ibu-Ibu PKK dalam Pemenuhan Gizi Bagi Anak Pra Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kelurahan Kalisegoro diawali dengan tahap perkenalan kepada ibu ketua RT 01 kelurahan Kalisegoro, Kecamatan gunungpati Semarang. Setelah melakukan perkenalan kemudian ditentukan jadwal pertemuan dengan ibu-ibu PKK. Waktu pertemuan ditentukan setiap hari Minggu, dibarengi dengan kegiatan rutin pertemuan PKK RT 01, kelurahan Kalisegoro.

Kalisegoro merupakan sebuah kelurahan di kecamatan Gunungpati, Kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia. Kelurahan Kalisegoro memiliki luas wilayah ± 281,884 Ha. Dari luas tersebut, ± 83.63 Ha dimanfaatkan sebagai lahan persawahan, ± 193.254 Ha sebagai tanah pekarangan/bangunan, dan ± 5 Ha untuk fasilitas umum. Batas-batas:

- Sebelah Barat: Kelurahan Pongangan
- Sebelah Utara: Kelurahan Sekaran
- Sebelah Timur: Kelurahan Patemon
- Sebelah Selatan: Kelurahan Ngijo.

Kelurahan Kalisegoro memiliki jumlah penduduk 3.602 jiwa. Dari jumlah tersebut 1.830 jiwa merupakan laki-laki. Sementara itu, 1.772 jiwa berjenis kelamin perempuan. Jumlah keseluruhan itu tersebar dalam 24 RT dan 4 RW.

Stunting merupakan masalah gizi global yang utama dengan prevalensi yang tinggi. Tingginya angka stunting dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain kehamilan remaja, gizi buruk pada wanita pada masa prakonsepsi, kehamilan menyusui, dan tingkat pengetahuan seorang wanita. Terdapat program nutrisi yang spesifik dan sensitif di Indonesia untuk mencegah stunting pada anak. Pemberdayaan perempuan merupakan salah satu intervensi pencegahan dalam program gizi sensitif (Margatot & Huriyah, 2021). Pemberdayaan perempuan di Indonesia diwujudkan melalui Program Mother Smart Grounding. Intervensi yang dilakukan dalam program ini antara lain memberikan edukasi kepada ibu tentang gizi pada balita untuk mencegah stunting sejak dini. Program ini efektif menurunkan prevalensi stunting (Erawati, 2020).

Kegiatan program pengabdian kepada masyarakat tentang Pemberdayaan Ibu-Ibu PKK dalam Pemenuhan Gizi Bagi Anak Pra Sekolah Sebagai upaya pencegahan stunting dimanfaatkan untuk memberikan edukasi melalui penyuluhan tentang gizi dan kesehatan pada masyarakat (lihat gambar 1 dan 2).

Materi penyuluhan tentang; kesehatan ibu dan anak, keluarga berencana, imunisasi, penyuluhan tentang gizi dan konseling gizi, pencegahan dan penanganan diare, pentingnya tumbuh kembang anak usia dini, deteksi dini tumbuh kembang anak, pemantauan pertumbuhan balita, jumlah, variasi dan frekuensi pembeian makanan dalam sehari, teknik dan strategi pemberian makan, makanan anak sakit dan pemulihan. Pelatihan dan percontohan melalui peragaan dan demonstrasi tentang pengolahan makanan yang bergizi dan higienis berbahan dasar bahan pangan lokal melalui praktek pembuatan, penyiapan dan konsistensi makanan bergizi bagi anak pra sekolah yang benar.

Selain itu ada pula kegiatan di Unul Quro'. Kegiatannya berupa penyuluhan tentang makanan gizi seimbang dan pengolahan bahan pangan lokal menjadi berbagai aneka produk makanan. Adapun aneka produk makanannya yaitu :

1. Dimsum daun kelor,
2. Poding kelor, dan
3. Nugget ikan daun kelor.

Berikut dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dilihat pada gambar 1 dan 2.



Gambar 1
Penyuluhan tentang Gizi Seimbang



Gambar 2
Ibu-ibu PKK peserta kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Pemberdayaan perempuan dan peningkatan kesehatan anak-anak merupakan komponen kunci dari Tujuan Pembangunan Berkelanjutan yang ditargetkan untuk dicapai pada tahun 2030. Kelangsungan hidup anak-anak, yang bergantung pada nutrisi mereka (Sey-Sawo *et al.*, 2023).

Pemberdayaan perempuan dalam bidang pengetahuan mempunyai pengaruh yang signifikan dalam mencegah stunting. Pengetahuan ibu tentang gizi berdampak pada stunting pada masa kanak-kanak (Kumar & Lakhtakia, 2020). Pemberian edukasi tentang pelayanan kesehatan pada masa kehamilan, seperti

pentingnya zat gizi mikro dan zat gizi makro bagi ibu hamil, dapat mencegah terjadinya stunting pada anak (Goudet *et al.*, 2019). Pengetahuan lain dalam mencegah stunting adalah edukasi tentang pentingnya intervensi 1000 hari pertama kehidupan pada anak. Intervensi edukasi 1000 hari kehidupan meliputi pentingnya inisiasi menyusui dini, ASI eksklusif (0-6 bulan), makanan pendamping ASI saat anak berusia enam bulan-2 tahun, imunisasi dan vitamin A, pemantauan tumbuh kembang anak. dan pembinaan pada usia 6-59 bulan di Posyandu terdekat, dan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di lingkungan rumah (Meri & Delvira, 2019). Menurut Huriah & Nurjanah (2020), kurang optimalnya tumbuh kembang anak pada masa balita juga dapat dipengaruhi oleh gizi buruk pada ibu. Selama periode rendah pascakelahiran, praktik pemberian makan yang baik dapat mengurangi perkembangan kejadian intrauterin. Sebaliknya jika bayi lahir dan asupan makanannya tidak mencukupi maka akan beresiko terjadinya infeksi dan hambatan tumbuh kembang anak sehingga berdampak pada kejadian stunting.

Adanya kegiatan program pengabdian kepada masyarakat tentang Pemberdayaan Ibu-Ibu PKK dalam Pemenuhan Gizi Bagi Anak Pra Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Stunting memberikan hasil yang positif. Pengetahuan ibu-ibu PKK mengenai stunting dan Pemenuhan Gizi Bagi Anak Pra Sekolah meningkat. Selain pengetahuan, keterampilan ibu-ibu dalam Pemenuhan Gizi Bagi Anak Pra Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Stunting juga meningkat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan dapat disimpulkan bahwa ibu ketua PKK RW 01 bersedia menerima kehadiran tim pengabdian pada masyarakat Unnes untuk bersama sama melakukan kegiatan. Adanya kegiatan program pengabdian kepada masyarakat tentang Pemberdayaan Ibu-Ibu PKK dalam Pemenuhan Gizi Bagi Anak Pra Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Stunting memberikan hasil yang positif. Pengetahuan ibu-ibu PKK mengenai stunting dan Pemenuhan Gizi Bagi Anak Pra Sekolah meningkat. Selain pengetahuan, keterampilan ibu-ibu dalam Pemenuhan Gizi Bagi Anak Pra Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Stunting juga meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Erawati NK. (2020). Literature Review: Mother Smart Grounding Program to Handling Stunting Problem. *J Kesehatan dr Soebandi*, 8(1): 10-17.
- Fitriani Y, Firdawati F, Lubis G. (2019). Hubungan pemberian jenis makanan pendamping ASI dengan perkembangan bayi umur 9-12 bulan di wilayah kerja puskesmas Lubuk Begalung Padang. *J Kesehat Andalas*, 8(4): 238- 246.
- Goudet SM, Bogin BA, Madise NJ, & Griffiths PL. (2019). Nutritional interventions for preventing stunting in children (birth to 59 months) living in urban slums in low- and middle-income countries (LMIC). *Cochrane Database Syst Rev*, 6.
- Hardiningsih, Anggarini SP, Fresthy AY, Agus ENY, M. Nur Dewi K, Ropitasari. (2020). Hubungan Pola Pemberian Makanan Pendamping Asi Dengan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Di Kelurahan Wonorejo Kabupaten Karanganyar. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, Vol.8(1); 48-65.
- Huriah T & Nurjannah N. (2020). Risk Factors of Stunting in Developing Countries: A Scoping Review. *Open Access Maced J Med Sci*, 10: 155–60.
- Ismarwati and Ernawati, D. (2016) 'IbM Posyandu Remaja', in RAKERNAS

- AIPKEMA 2016 “Temu Ilmiah Hasil Penelitian dan Pengabdian Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Available at: [http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/Petunjuk Teknis Posyandu Remaja.pdf](http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/Petunjuk_Teknis_Posyandu_Remaja.pdf).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). ‘*Pedoman Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Covid-19 di RT/RT/Desa*’. Jakarta: Kementerian Dalam Negeri Republik Indonesia.
- Kumar R & Lakhtakia S. (2020). Women’s Empowerment and Child Stunting in India: An Investigation. *J Popul Soc Stud*, 29: 47–66.
- Margatot & Huriah. (2021). The Effectiveness of Women Empowerment in Preventing Stunting in Children Aged 6-59 Months. *Bali Medical Journal (Bali MedJ)*, 10(3): 1230-1234.
- Menkes RI. (2014). ‘*Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.25 Tahun 2014*’. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Available at: [http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/PMK No. 25 ttg Upaya Kesehatan Anak.pdf](http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/PMK_No_25_ttg_Upaya_Kesehatan_Anak.pdf)
- Meri A S & Delvira W. (2020). Efektifitas Poster Pola Diit 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi dalam Pencegahan Stunting di Puskesmas Rambah Kabupaten Rokan Hulu. *J Endur*, 5(1):168.
- Sey-Sawo J, Francis S, Haddy TB, & Thomas S. (2023). Women’s Empowerment and Nutritional Status of Children in the Gambia: Further Analysis of the 2020 Gambia Demographic and Health Survey. *BMC Public Health*, 23(583): 1-13.
- WHO. (2021). Levels and trends in child malnutrition: *UNICEF/WHO/The World Bank Group joint child malnutrition estimates: key findings of the 2021 edition*. Retrieved from World Health Organization Publication: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025257>.