



Upaya Pencegahan Stunting Melalui Kegiatan Sosialisasi Dan Makanan Sehat Kepada Masyarakat Di Desa Pakis Kecamatan Panti Kabupaten Jember Oleh KKN Kolaboratif 154 Jember

Akbar Hidayatullah Gumanti¹, Kholid Muayyanah², Nadiyah Choirun Nisah³, Mohammad Fajar Ramadhan⁴, Ayu Ning Tiyas⁵, Sri Yulistiani⁶, Adistya Maharani⁷, Rina Wulandari⁸, Daniel Jireh Rampisela⁹, Sukartiningsih¹⁰, Karimatul Azizah¹¹, Afita Khoirun Nisa¹², Prafilial Hilyatul Faizah¹³, Putri Maulidya Achsani¹⁴, Wahida Rohmatullah¹⁵, Eka Efit Fitriyaningsih¹⁶,
Fatih Al Fauzi¹⁷

Teknik Sipil, Teknik, Universitas Jember¹

Teknik Kimia, Teknik, Universitas Jember²

Teknik Pertanian, Teknologi Pertanian, Universitas Jember³

Manajemen, Ekonomi dan Bisnis, Universitas Jember⁴

Ilmu Keperawatan, Keperawatan, Universitas Jember⁵

Agroteknologi, Pertanian, Universitas Jember⁶

Ilmu administrasi bisnis, ilmu sosial dan politik, universitas Jember⁷

Manajemen Bisnis, Ekonomi, Institut Teknologi dan Sains Mandala Jember⁸

Manajemen Informatika, Ekonomi dan Bisnis, Institut Teknologi dan Sains Mandala Jember⁹

Pendidikan Agama Islam, Tarbiyah, IAI AL-QODIRI JEMBER¹⁰

Pendidikan Bahasa Arab, Tarbiyah, IAI AL-QODIRI¹¹

Ekonomi syariah, Syariah, IAI AL-QODIRI¹²

Farmasi, Ilmu Kesehatan, Universitas dr Soebandi Jember^{13.14}

PG PAUD, Keguruan, PGRI Argopuro¹⁵

Ilmu Pendidikan, PGRI Argopuro¹⁶

Universitas Islam Jember¹⁷

fatih.alfauzi16@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu permasalahan yang serius di Desa Pakis Kecamatan Panti. Melalui survei yang diperoleh dari posyandu terdapat jumlah 84 orang yang mengalami stunting, permasalahan yang terjadi yaitu rendahnya kesadaran masyarakat, keterbatasan anggaran dana, dan kurangnya pelatihan. Mahasiswa KKNK 154 memberikan edukasi pada masyarakat dengan mengadakan sosialisasi, penyuluhan dan demo makanan sehat untuk anak-anak dan ibu hamil dengan harapan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi yang terpenuhi untuk mencegah stunting. Metode yang digunakan yaitu dengan mengumpulkan data kesehatan di desa Pakis, menetapkan sasaran sosialisasi kemudian melakukan sosialisasi dan membuat produk makanan sehat yaitu dengan mengolah jagung menjadi puding untuk menjadi camilan sehat. Hasil yang didapat selama pengabdian KKN di Desa Pakis yaitu banyak masyarakat yang antusias mengikuti sosialisasi, banyaknya ibu hamil yang mendapat informasi dan peduli terhadap stunting. Selain itu banyak anak kecil yang mulai melakukan gaya hidup sehat dan memakan makanan sehat. Tingginya angka stunting di Desa Pakis dapat dikurangi dengan rutin memberikan sosialisasi, pengarahan dan demo makanan sehat bagi ibu hamil dan anak-anak dengan tujuan untuk mengurangi resiko terjadinya stunting sekaligus mengurangi angka stunting sehingga warga desa menjadi lebih aktif untuk meningkatkan kesehatan.

Kata Kunci: Makanan sehat; Sosialisasi; Stunting



ABSTRACT

Stunting is a serious problem in Pakis Village, Panti District. Through a survey obtained from the posyandu, there were 84 people who were stunted. The problems that occur are low public awareness, limited budget funds, and lack of training. KKNK 154 students provide education to the community by holding outreach, counseling and healthy food demonstrations for children and pregnant women in the hope of increasing awareness of the importance of adequate nutrition to prevent stunting. The method used is to collect health data in Pakis village, set socialization targets, then carry out socialization and make healthy food products, namely by processing corn into pudding for healthy snacks. The results obtained during the KKN service in Pakis Village were that many people were enthusiastic about taking part in the socialization, many pregnant women received information and cared about stunting. Apart from that, many young children are starting to live a healthy lifestyle and eat healthy food. The high rate of stunting in Pakis Village can be reduced by regularly providing outreach, guidance and healthy food demonstrations for pregnant women and children to reducing the risk of stunting as well as reducing stunting rates so that villagers become more active in improving health.

Keywords: *Healthy Food; Stunting; Socialization*

DOI: <https://doi.org/10.54832/judimas.v2i1.192>

Pendahuluan

KKN merupakan salah satu sarana agar mahasiswa terjun secara langsung ke dalam masyarakat dan mulai peka terhadap masalah-masalah yang dihadapi masyarakat. Keberadaan KKN mendorong mahasiswa untuk mampu memahami dan menelaah permasalahan-permasalahan yang ada di masyarakat, memahami potensi-potensi yang terdapat di masyarakat, mengetahui bagaimana cara mengatasi permasalahan di masyarakat, serta merumuskan pemecahan masalah dalam bentuk program kerja.

KKN sebagai salah satu kegiatan pengabdian kepada masyarakat sehingga mahasiswa diharapkan mengamalkan ilmu dan pengetahuan yang didapat pada bangku perkuliahan di Perguruan Tinggi guna memecahkan masalah yang dihadapi oleh masyarakat, baik masyarakat umum maupun masyarakat pada instansi atau bidang khusus.

Bupati Jember Ir. H. Hendy Siswanto, ST. IPU. melepas sebanyak 3.500 mahasiswa dan 189 orang dosen pembimbing lapangan (DPL) dari 18 perguruan tinggi (16 perguruan tinggi di Jember dan 2 perguruan tinggi dari Malang dan Surabaya) yang akan melaksanakan KKN Kolaboratif di Kabupaten Jember, Senin 17 Juli 2023. Mereka kemudian ditempatkan di 226 desa dalam misi pengabdian diri kepada masyarakat pedesaan.

Tahun ini, Bupati Jember Hendy Siswanto membebaskan mahasiswa dalam menentukan program kerja mereka, kendati demikian ada beberapa poin yang harus menjadi perhatian dari para mahasiswa KKN Kolaboratif. Di antaranya persoalan stunting, Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB), penguatan UMKM pada sisi produksi dan marketing, serta penguatan pertanian.



Kelompok KKN Kolaboratif 154 ditempatkan pada Desa Pakis, Kecamatan Panti, Kabupaten Jember menjadi daerah dimana mahasiswa wajib berbaur dengan warga guna mengemban tugas mengabdikan pada masyarakat. Total populasi warga yang terdapat pada Desa Pakis yaitu sebesar 6.790 jiwa yg terdiri dar 3.335 kaum perempuan serta 3.455 kaum pria ini berdasarkan hasil sensus penduduk tahun 2020 yang ada di desa. Sebagian besar rakyat pada Desa pakis bekerja sebagai petani dengan memanfaatkan lahan langsung mereka juga bekerja mengolah lahan orang lain, hal ini didukung dengan banyaknya lahan pertanian yang produktif di Desa Pakis. Kelompok KKN Kolaboratif 154 mengambil stunting sebagai program kerja primer sebab melihat tingginya angka stunting yang terdapat di Desa Pakis. (Ulfah & Nugroho, 2020) Di Kabupaten Jember jumlah penderita stunting mencapai 17.344 pada tahun 2018 dan meningkat pada tahun 2019 menjadi 19.870, sedangkan di Desa Pakis angka stunting mencapai 0,24 % atau sebesar 84 anak. Angka stunting di Desa Pakis termasuk besar jika dibandingkan menggunakan nomor stunting pada Kabupaten Jember, adapun jika dibandingkan dengan jumlah anak pada Desa Pakis yaitu 10% dari seluruh jumlah anak sebanyak 802 anak. Hal ini yang menjadikan kelompok KKN kolaboratif 154 melakukan pencegahan stunting melalui kegiatan sosialisasi hidup sehat serta makanan bergizi kepada masyarakat pada Desa Pakis Kecamatan Panti.

Stunting adalah persoalan gizi kronis yang ada di balita, yang dimana hal tersebut ditandai dengan tinggi badan yang tak sama (pendek) dengan anak-anak sebaya nya. Balita juga anak yang terkena stunting akan cenderung rentan terkena penyakit dan jika sudah dewasa nanti bisa beresiko buat mengidap penyakit degeneratif (Jupri et al., 2022)

Program yang dibawa telah diimplementasikan di Desa Pakis dan menjadi peran yang penting dalam upaya pencegahan dan pengurangan risiko masalah kesehatan dalam masyarakat terutama permasalahan stunting. Pendekatan program ini berfokus kepada keluarga terutama ibu karena yang tau tentang perkembangan seorang anaknya sebagai upaya dalam masyarakat. Melalui edukasi, sosialisasi, dan promosi makanan bergizi ini memberikan dampak positif pada pengetahuan dan perilaku kesehatan ditingkat rumah tangga. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan terhadap warga desa menjadi faktor yang membuat mereka aktif untuk mencegah dan meningkatkan kesehatan. Sehingga dalam hal ini dapat dipastikan juga pengetahuan warga desa tentang gizi, imunisasi, dan praktik kesehatan lainnya meningkat.



Metode Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan di Desa Pakis, Kecamatan Panti Kabupaten Jember. Waktu pelaksanaan kegiatan ini adalah 17 Juli sampai 24 Agustus 2023 dimulai pukul 08.00 WIB hingga selesai. Sasaran kegiatan ini adalah Ibu dan Anak di Desa Pakis, Kecamatan Panti. Sebanyak 35 anak balita serta ibu-ibu hamil berdasarkan kesediaan masyarakat berpartisipasi dalam promosi kesehatan dalam pencegahan stunting dengan mengkonsumsi makanan sehat berupa Jagung yang diolah menjadi puding agar lebih meningkatkan minat atau kesenangan anak dalam mengkonsumsi Jagung.

Salah satu jenis bahan pakan yang mudah ditemukan di Desa Pakis Kecamatan Panti yaitu jagung. Jagung merupakan sumber karbohidrat dan juga sumber protein. Selain itu, jagung juga kaya akan komponen pangan fungsional, termasuk serat pangan yang dibutuhkan tubuh (*dietary fiber*), asam lemak *esensial*, *isoflavon*, *mineral* (*Ca, Mg, K, Na, P, Ca*, dan *Fe*), *antosianin*, *beta karoten* (provitamin A), komposisi asam amino esensial, dan lainnya. Selain mudah diolah, jagung juga bermanfaat salah satunya yaitu membantu menambah berat badan, meningkatkan perkembangan otak, melancarkan pencernaan tubuh, meningkatkan fungsi mata dan kulit, melindungi sel darah dari kandungan vitamin E (Purnaningsih et al., 2023).

Sosialisasi tentang tujuan dan prosedur pelaksanaan kegiatan telah dilakukan. Pembuatan puding jagung dilakukan di posko KKN 154 dengan menggunakan bahan seperti jagung, serbuk puding, gula, sejumput garam, dan air. Cara memasaknya yaitu pertama dengan memblender biji jagung hingga halus. Kemudian memasak puding di dalam panci seperti biasa bersama jagung yang sudah di blender dan ditambahkan dengan gula dan sejumput garam. Kemudian setelah mendidih, puding jagung dituang ke dalam cup dan di tunggu hingga dingin baru setelah itu dapat dikonsumsi.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan kegiatan promosi kesehatan. Metode promosi kesehatan yang dilakukan menggunakan metode *community relation* melalui penyuluhan kesehatan yaitu memberikan informasi, edukasi, dan sosialisasi pembuatan puding dengan bahan dasar jagung sebagai pencegahan stunting. Indikator keberhasilan dari kegiatan ini adalah 90% pengetahuan Ibu dan Anak lebih baik setelah mengikuti kegiatan promosi kesehatan dalam pencegahan stunting atau kerdil pada anak. Hasil yang dapat dilihat dari kegiatan ini yaitu dengan meningkatnya kesadaran akan bahaya stunting bagi kesehatan anak balita, dengan mengenalkan makanan demonstrasi berupa puding yang dikemas dengan cara memasak yang mudah menjadi sesuatu yang dapat dikembangkan di Desa Pakis.



Sosialisasi yang dilaksanakan berguna untuk pengkaderan di desa juga bersifat turun temurun ke anak-anak di desa Pakis.

Hasil dan Pembahasan

Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki masalah stunting di dunia. Stunting merupakan kondisi ketidaksesuaian tinggi badan dengan usia. Menurut (Sirajuddin et al., 2020) stunting dipengaruhi oleh dua faktor yaitu status kesehatan dan kualitas asupan zat gizi. Program yang dibawa telah diimplementasikan di Desa Pakis dan menjadi peran yang penting dalam upaya pencegahan dan pengurangan risiko masalah kesehatan dalam masyarakat terutama permasalahan stunting.

Pendekatan program ini berfokus kepada keluarga terutama Ibu karena yang bertanggung jawab kepada anaknya. Melalui edukasi, sosialisasi, dan promosi makanan bergizi, memberikan dampak positif pada pengetahuan dan perilaku kesehatan ditingkat rumah tangga. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan terhadap wali murid menjadi faktor untuk mencegah stunting dan meningkatkan kesehatan. Sehingga dalam hal ini dapat dipastikan juga pengetahuan wali murid tentang gizi, imunisasi, dan praktik kesehatan lainnya meningkat.

Menurut data yang diperoleh dari Bu Wulan selaku Bidan Desa Pakis, tingkat stunting pada Desa Pakis tergolong tinggi, sehingga diperlukan langkah untuk menanggulangi hal tersebut. Sasaran dalam program Dukungan Keluarga Sehat (DUKSEHAT) yaitu Ibu hamil dan menyusui, balita, dan remaja yang akan dituju di Desa Pakis. Kegiatan sosialisasi dengan cara penyuluhan di lingkungan sekolah tingkat menengah seperti MTS As-Shiddiqy dan pondok pesantren Al Fattaah dengan materi terkait stunting, narkoba, dan pernikahan dini. Ketiga materi itu dapat menjadi bekal untuk para siswa yang akan melakukan pernikahan dan menjalankan kehidupan sebagai remaja yang sedang berada di masa pubertas. Hasil dari pemberian materi terhadap siswa dan siswi sekolah tingkat menengah di Desa Pakis memberikan dampak yang positif dan bisa diharapkan untuk diimplementasikan di kehidupan sehari-hari. Berikut merupakan kegiatan penyuluhan di MTS As-Shiddiqy yang dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi Makanan Sehat di MTS As-Shidiqi

Pada tingkat taman kanak-kanak, kami melakukan penyuluhan di RA Bustanul Ulum 13 dengan wali murid, kami memberikan materi tentang makanan bergizi yang dikemas dengan drama edukasi singkat, sedangkan di TK PGRI 03 Pakis, kami memberikan contoh makanan sehat pada anak-anak, serta demo pembuatan puding jagung kepada wali murid. Penyuluhan yang kami lakukan mendapatkan respon yang positif dan diharapkan anak-anak dapat memilih makanan yang sehat dan bergizi dalam kesehariannya serta dapat mencoba membuat puding jagung di rumah. Berikut merupakan kegiatan penyuluhan tentang makanan bergizi di RA Bustanul Ulum 13 dan pemberian produk makanan sehat di TK PGRI 03 Pakis yang dapat dilihat pada gambar 2 dan gambar 3 dibawah ini.



Gambar 2. Kegiatan Pemberian Produk Makanan Sehat di TK PGRI 03



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan makanan Bergizi di RA Bustanul Ulum 13



Di tingkat ibu hamil dan menyusui kita bergabung di kegiatan posyandu rutin Desa untuk memberikan penyuluhan tentang stunting dan pentingnya imunisasi, serta mengikuti kegiatan kelas ibu hamil dan balita untuk mencegah terjadinya KEK dan stunting. Pemberian ilmu dan peragaan senam ibu hamil membantu menurunkan angka stunting serta dapat menambah ilmu pengetahuan baru.

Program terakhir kami adalah pelaksanaan demo makanan sehat, dengan tujuan memberikan pemahaman dan keterampilan membuat makanan sehat kepada masyarakat Desa Pakis tentang pencegahan stunting melalui pola makan yang tepat dan makan yang sehat seperti sayur, daging, dan buah. World Health Organization (WHO) dan Lembaga penelitian gizi telah menggarisbawahi pentingnya gizi yang seimbang dalam pertumbuhan dan perkembangan anak mulai usia 6 bulan. Pemberian gizi yang kurang dan tidak seimbang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak yang pada akhirnya dapat menyebabkan stunting pada anak.

Desa Pakis merupakan wilayah penghasil tanaman jagung, sehingga dalam demonstrasi ini memilih jagung sebagai olahan makanan sehat yaitu dengan diolah menjadi puding jagung. Menurut (Swapna et al., 2020) menunjukkan bahwa jagung mengandung karbohidrat kompleks dan tinggi serat, serta mengandung vitamin dan mineral penting seperti asam folat dan vitamin B6.

Pada malam puncak agustusan, kami membagikan makanan sehat berupa puding jagung dan nugget tempe yang dibagikan secara gratis kepada anak-anak guna memberikan edukasi terhadap Ibu-Ibu warga Desa Pakis yang bahan pembuatan makanan sehat dapat ditemukan dengan mudah dan murah meriah.

Setelah melaksanakan kegiatan sosialisasi dan penyuluhan makanan bergizi (puding jagung) diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan Warga Pakis terhadap bahaya stunting dan cara pencegahannya serta produk makanan yang dibuat dapat di produksi berkelanjutan untuk kedepannya. Lewat kegiatan penyuluhan ini, mahasiswa KKN Kolaboratif 154 berharap warga Desa Pakis mulai menginterpretasikan dan mengetahui istilah stunting. Maka, mereka bisa lebih berhati-hati untuk anaknya dalam memberikan makanan sehat dan bergizi agar angka stunting menurun.



Kesimpulan

Stunting di desa pakis tergolong sangat mengkhawatirkan, maka dari itu harus dilakukan upaya untuk mencegahnya. Yaitu dengan program DUKSEHAT (Dukungan Hidup sehat) dan sosialisasi makanan bergizi. Kegiatan DUKSEHAT ini dilakukan dengan cara penyuluhan di lingkungan sekolah yang ada di desa pakis, untuk melakukan penjelasan materi terkait stunting, narkoba, dan pernikahan dini. Dari materi tersebut dapat dijadikan bekal siswa untuk yang akan melakukan pernikahan dan menjalankan hidupnya sebagai remaja yang berada di masa pubertas. Dan melakukan sosialisasi makanan bergizi ke adik adik tk dan Ra. Yaitu puding jagung karena didalam puding jagung tersebut terdapat karbohidrat komplek dan serat, serta mengandung vitamin dan mineral penting seperti folat dan vitamin B6. Dari penyuluhan tersebut dapat dicoba karena banyak kandungan gizi yang sehat didalamnya, dan dapat mengurangi anak-anak yang membeli jajanan yang tidak sehat. melakukan penyuluhan supaya untuk menurunkan angka Stunting sejak dini. Kegiatan penyuluhan pencegahan Stunting di ikuti oleh ibu hamil, balita, kader, siswa SD, RA,SMP, serta santri-santri. Serta melakukan penyuluhan pembuatan puding jagung jadi masyarakat pakis mengetahui bahwasannya jagung sebagai sayur juga bisa dibuat makanan sehat yang disukai anak yaitu puding.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada lembaga LP2M tiap universitas yang telah bekerja sama dalam terselenggaranya kegiatan KKN ini dan tak lupa pula kami ucapkan terima kasih kepada Dosen Pembimbing Lapangan, Kepala Desa Pakis dan Staf Desa, Pak RT dan para RW serta masyarakat pakis yang telah membantu kami dalam menjalankan kegiatan KKN di Desa Pakis. Tidak lupa juga untuk teman-teman mahasiswa KKN Kolaboratif 154 yang sudah bekerja sama dengan baik dalam menjalankan tugas KKN dari awal hingga akhir.

Daftar Pustaka

- 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). *Alamatana: Jurnal Pengabdian Masyarakat Unw Mataram*, 3(2), 107–112.
- Purnaningsih, N., Lu, D., Sriyanto, D. F., & Fatimah, F. (2023). *Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Desa Muncanglarang , Kabupaten Tegal (Stunting Prevention and Countermeasures in Muncanglarang , Tegal)*, 5(1), 128–136.
- Sirajuddin, S., Rauf, S., & Nursalim, N. (2020). Asupan Zat Besi Berkorelasi Dengan



- Kejadian Stunting Balita Di Kecamatan Maros Baru. *Gizi Indonesia*, 43(2), 109–118.
- Swapna, G., Jadesha, G., & Mahadevu, P. (2020). Assessment of Correlation and Path Coefficient Analysis for Yield and it's Attributing Traits in Rice (*Oryza sativa* L.) Genotypes. *International Journal of Current Microbiology and Applied Sciences*, 9(7), 3859–3865.
- Ulfah, I. F., & Nugroho, A. B. (2020). Menilik Tantangan Pembangunan Kesehatan di Indonesia: Faktor Penyebab Stunting di Kabupaten Jember. *Jurnal Sosial Politik*, 6(2), 201–213.