



Pemberian PMT Susu dan Telur pada Anak dengan Resiko Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Tembilahan Hulu Kabupaten Indragiri Hilir Provinsi Riau

Susi Ernawati¹, Siti Maimunah², Fatya Nurul Hanifah³
Magister Kebidanan, STIKES Guna Bangsa Yogyakarta
susiernawati896@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan suatu proses tumbuh kembang yang dapat menyerang anak sejak awal kehamilan hingga usia tiga atau empat tahun, seringkali disebabkan oleh kurangnya asupan zat gizi mikro. Makanan yang mengandung protein hewani sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi pada masa tumbuh kembang anak, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Mengonsumsi makanan tersebut pada masa kritis ini dapat meningkatkan pertumbuhan, kemampuan kognitif, dan status gizi pada anak. Dampak jangka panjang dari konsumsi protein hewani antara lain meningkatkan status gizi pada balita. Tujuan dari proyek pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran tentang pemberian makanan tambahan kepada anak-anak yang berisiko mengalami stunting, seperti telur dan susu, serta untuk mendidik pengasuh tentang praktik pemberian makanan yang benar di wilayah Puskesmas Tembilahan Hulu. Luaran dari proyek pengabdian ini adalah adanya peningkatan pengetahuan di kalangan ibu-ibu serta pemberian telur dan susu kepada 10 anak berisiko stunting di wilayah Puskesmas Tembilahan Hulu.

Kata Kunci: Anak; Resiko Stunting; Pemberian Susu dan Telur

ABSTRACT

Stunting is a process that can affect child development from early stages of pregnancy until the age of three or four, primarily due to inadequate micronutrient intake. Animal-source protein foods are crucial for nutritional intake during this critical developmental period, known as the first 1,000 days of life. Consuming these foods during this critical period can enhance growth, cognitive function, and nutritional status in children. Long-term effects of consuming animal-source protein foods include improved nutritional status in toddlers. The goal of this community service is to increase awareness about providing additional foods such as eggs and milk to children at risk of stunting, and to implement methods by conducting educational sessions on supplementary foods for children in the Puskesmas Tembilahan Hulu area. The outcome of this community service initiative was an increase in knowledge among mothers, resulting in the provision of eggs and milk to 10 children at risk of stunting in the Puskesmas Tembilahan Hulu area.

Keywords; Children; Milk And Egg Provision; Stunting Risk.

DOI: <https://doi.org/10.54832/judimas.v3i1.350>

Pendahuluan

Masa balita merupakan periode penting dalam pertumbuhan dan perkembangan, di mana terjadi pertumbuhan cepat yang sering dianggap sebagai masa krusial dalam kehidupan. Untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan balita berjalan lancar, diperlukan asupan gizi yang cukup dan tepat guna agar tidak menghadapi masalah gizi yang dapat menghambat pertumbuhan mereka (Femidio and Muniroh, 2020).

Status gizi anak di bawah lima tahun (balita) merupakan indikator penting dalam kesehatan karena mereka rentan terhadap masalah gizi. Pada masa ini, terjadi pertumbuhan



fisik dan perkembangan psikomotorik, mental, dan sosial yang sangat cepat, sehingga penting untuk mendapatkan asupan gizi yang cukup dari makanan sehari-hari, baik dalam jumlah maupun kualitas yang tepat. Dampak dari kekurangan gizi bukan hanya mengenai gangguan fisik tetapi juga berdampak pada kecerdasan dan produktivitas di masa dewasa, karena ini adalah periode kritis dalam siklus kehidupan (Wahyuningsih and Devi, 2017).

Masalah gizi kronis pada anak balita tidak seragam antara wilayah perkotaan dan pedesaan, sehingga strategi untuk mengatasinya harus disesuaikan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi. Stunting merupakan salah satu masalah gizi utama yang berpotensi memengaruhi aspek sosial dan ekonomi dalam masyarakat. Selain itu, stunting juga dapat memiliki dampak jangka panjang pada anak balita, seperti mengganggu kesehatan, pendidikan, dan produktivitasnya di masa depan. Anak balita yang mengalami stunting cenderung menghadapi kesulitan dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan fisik serta psikomotorik yang optimal. (Waliulu, Ibrahim and Umasugi, 2018)

Asupan makanan yang mengandung protein hewani sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi selama fase perkembangan yang krusial, terutama selama 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Mengonsumsi makanan yang kaya protein hewani selama periode ini dapat meningkatkan pertumbuhan, fungsi kognitif, dan status gizi anak. Efek jangka panjang dari konsumsi makanan yang mengandung protein adalah peningkatan status gizi pada balita. Salah satu contoh makanan yang merupakan sumber protein yang terjangkau secara finansial dan mudah ditemui adalah telur. Telur juga kaya akan nutrisi. (Abdillah Fajar et al., 2022). Cara orang tua merawat anak mereka dapat berpotensi mempengaruhi kondisi gizi anak, baik secara positif maupun negatif. Pola asuh gizi mencakup hal-hal seperti memberikan ASI, cara memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI), interaksi psikososial yang merangsang, praktik kebersihan dan sanitasi, serta perawatan kesehatan yang diberikan kepada anak. (Umam et al., 2022)

Telur memiliki potensi besar untuk meningkatkan kualitas gizi baik pada ibu maupun anak selama 1000 hari pertama kehidupan. Meskipun ukurannya kecil, telur kaya akan berbagai zat gizi mikro yang penting untuk pertumbuhan bayi, termasuk protein berkualitas tinggi. Telur juga merupakan komponen utama dalam makanan pendamping. Telur diakui sebagai sumber nutrisi yang sangat baik. Penelitian mengenai efek konsumsi telur pada wanita dan anak-anak menunjukkan adanya peningkatan pertumbuhan yang bermakna. (Dewi et al., 2021)



Permasalahan stunting, di mana anak balita memiliki tubuh lebih pendek dari yang seharusnya untuk usianya, tetap menjadi tantangan besar bagi negara ini. Menurut WHO, prevalensi stunting global pada tahun 2020 mencapai 22% (WHO, 2020). Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan, prevalensi balita stunting di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 21,6%. Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) berada di peringkat teratas dengan prevalensi sebesar 35,3%. Sementara itu, Provinsi Sulawesi Tenggara menempati peringkat ke-9 secara nasional dengan prevalensi sebesar 27,7%, dan Kabupaten Buton Tengah memiliki prevalensi balita stunting tertinggi, yakni mencapai 41,6%. Di sisi lain, Kabupaten Konawe Selatan, yang menjadi lokasi pengabdian ini, meskipun berada di peringkat ke-11 dengan prevalensi 28%, menempati posisi pertama dalam jumlah keluarga yang berisiko tinggi terkena stunting, mencapai 33.014 keluarga. (Saranani et al., 2023).

Pentingnya konsumsi makanan yang mengandung protein hewani selama fase perkembangan, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK), sangatlah krusial. Mengonsumsi sumber protein hewani selama periode kritis ini dapat meningkatkan pertumbuhan, fungsi kognitif, dan status gizi anak. Dampak positif jangka panjang dari asupan protein juga terlihat pada kesehatan balita. Salah satu contohnya adalah telur, yang merupakan sumber protein ekonomis dan mudah didapat. Telur mengandung berbagai zat gizi mikro penting untuk pertumbuhan bayi, termasuk protein berkualitas tinggi, dan berperan sebagai komponen penting dalam makanan tambahan. (Saranani et al., 2023)

Di wilayah Puskesmas Tembilahan Hulu untuk akses terhadap makanan bergizi seringkali terhambat kendala ketersediaan makanan juga berperan penting, terutama di daerah pedesaan atau perkotaan yang terpinggirkan di mana seringkali sulit untuk mendapatkan akses kepada produk-produk segar, produk susu, atau makanan yang kaya protein. Keterbatasan ini diperparah oleh tantangan logistik seperti biaya transportasi, keterbatasan infrastruktur, dan jarak ke pasar yang jauh. Kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Tembilahan Hulu Kabupaten Indragiri Hilir yang berjudul "Pemberian Makanan Tambahan berupa telur dan susu UHT pada anak resiko Stunting di wilayah Kerja Puskesmas Tembilahan Hulu" telah dilaksanakan dengan baik sebanyak 3 kali pertemuan yakni pada tanggal 7 sampai 9 Januari 2024 yang diikuti 10 Peserta. Peserta dalam pengabdian ini adalah anak dengan resiko stunting yang ada di wilayah Puskesmas Tembilahan Hulu.



Metode Pelaksanaan

Kegiatan Pemberian makanan tambahan berupa telur dan susu kepada anak dengan resiko stunting diwilayah Puskesmas tembilahan Hulu secara umum berjalan dengan lancar. Pihak Puskesmas beserta pemegang program Gizi di wilayah Tembilahan Hulu membantu memberikan data anak anak dengan resiko stunting .

Kegiatan pemberian telur dan susu pada anak dengan resiko stunting di wilayah kerja Puskesmas Tembilahan Hulu ini diadakan pada Tanggal 11 sampai 13 Juni 2024. selama 3 (hari) hari. Anak yang diberikan susu dan telur pada kegiatan ini yakni sebanyak 10 anak. Adapun kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaporkan adalah tahap persiapan dan pelaksanaan. Persiapan meliputi persiapan kemasyarakatan dan persiapan teknis sedangkan tahap pelaksanaan terdiri dari pengkajian, perencanaan, implementasi, evaluasi dan rencana tindak lanjut. Sebelum melakukan kegiatan, pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu kemudian mencoba menggali pengetahuan dasar ibu mengenai perkembangan anak, makanan yang dikonsumsi sehari hari, riwayat alergi, pada anak, riwayat kesehatan anak, kebersihan anak, kepatuhan datang ke posyandu untuk penimbangan dan imunisasi anak. Mahasiswa mengukur tinggi badan dan berat badan anak. Setelah melakukan tanya jawab dan pengukuran tinggi badan dan berat badan anak mahasiswa memberikan makanan tambahan berupa telur dan susu kepada anak. Selama kegiatan kunjungan berlangsung tampak anak dan orang tua peserta antusias dan menerima dengan baik . Kegiatan pemberian makanan tambahan berlangsung selama 2 hari untuk kunjungan rumah dan 1 hari untuk pemeriksaan antropometri pada anak dan penyuluhan kepada orang tua terkait mencegah stunting pada anak. Serta melakukan pretest dan post test dengan kuesioner pada ibu yang mempunyai balita tersebut.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Tembilahan hulu yang berjudul “Pemberian Makanan Tambahan susu dan telur pada anak balita dengan resiko stunting di wilayah kerja Puskesmas Tembilahana Hulu” telah dilakukan dengan baik sebanyak tiga kali pertemuan yakni pada tanggal 11 Juni 2024 sampai dengan 13 juni 2024. Peserta dalam kegiatan ini adalah anak balita dengan resiko stunting yang ada di wilayah kerja Puskesmas Tembilahan Hulu yaitu sebanyak 10 orang anak.

Hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan adalah sebagai berikut :

Pengetahuan Ibu balita tentang stunting dan makanan tambahan

Tabel 1 Pengetahuan Ibu balita tentang stunting dan makanan tambahan

No.	Pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		f	%	f	%	f	%	f	%
1	Pre test	2	20	3	30	5	50	10	100
2	Post test	8	80	1	10	1	10	10	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa ada peningkatan pengetahuan Ibu balita tentang stunting dan makanan tambahan. Hasil pre test terbanyak ibu berpengetahuan kurang dan setelah diedukasi pengetahuan ibu meningkat menjadi baik (80%). Pengabdian masyarakat tentang pijat marmet telah memberikan dampak positif yang signifikan

Tabel 2 Hasil Kegiatan

No.	Keterangan	Keterangan
1.	Jumlah balita yang resiko stunting	10 orang
2.	Kegiatan	1. Pemberian susu dan telur 2. Pemeriksaan antropometri 3. Penyuluhan

Untuk mencegah terjadinya stunting pada anak dengan resiko stunting, kurangnya kesadaran orang tua dan pengetahuan tentang tanda-tanda anak beresiko stunting serta abai terhadap kesehatan anak, sehingga dibutuhkan upaya preventif dan promotif. Penyuluhan sebagai bentuk dari Pendidikan Kesehatan bagi orang tua bertujuan menambah pengetahuan orang tua tentang upaya untuk pencegahan anak stunting serta dapat memberikan makanan tambahan berasal dari sumber hewani sangat penting untuk asupan gizi selama masa periode perkembangan yaitu pada 1000 HPK. Status gizi merupakan hal yang sangat penting dalam memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satu tantangan gizi yang signifikan yang dapat memengaruhi kapasitas dan perkembangan anak adalah stunting, sebuah masalah yang tersebar luas di negara-negara sedang berkembang. Stunting pada masa balita dapat menyebabkan peningkatan angka kematian, kemampuan kognitif dan perkembangan motorik yang terhambat, serta ketidakseimbangan fungsi tubuh. (Fitriami and Galaresa, 2021)

Ketidakpedulian terhadap pentingnya gizi dapat mengakibatkan kurangnya langkah-langkah pencegahan terhadap stunting. Pemikiran bahwa anak yang bertubuh pendek adalah hal yang biasa dan tidak memiliki dampak signifikan terhadap perkembangannya, sehingga tidak memerlukan perhatian khusus yang sehat dan sesuai. Semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seorang ibu, semakin baik dia memahami jenis dan jumlah makanan yang dibutuhkan oleh semua anggota keluarganya, termasuk anak balitanya. Hal ini dapat

meningkatkan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan dan membantu mengurangi atau mencegah masalah gizi di kalangan keluarga tersebut. (Zulhakim and Naelasari, 2021)

Memberikan edukasi kepada ibu sangat bermanfaat untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) guna mencegah stunting pada masa pertumbuhan yang krusial ini. Edukasi ini bisa berupa pemberian informasi atau saran yang ditujukan kepada individu, keluarga, atau bahkan komunitas. Selain itu, pengembangan MP-ASI dapat melibatkan pengolahan hasil alam lokal yang tersedia di setiap daerah. (Anandita and Gustina, 2022). Sehingga baik untuk terus mengupayakan kegiatan pengabmas seperti ini untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan stunting.



Gambar 1.
Foto Kegiatan Pengabmas



Gambar 2.
Foto Kegiatan Pengukuran antropometri

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabmas ini telah memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan tentang stunting dan makanan tambahan. Peserta menunjukkan partisipasi aktif dengan tanya jawab dalam kegiatan. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian makanan tambahan susu dan telur serta penyuluhan tentang stunting kepada orang tua yang memiliki anak dengan resiko stunting dapat disimpulkan antara lain kegiatan ini mampu mengurangi terjadinya resiko stunting kepada anak balita dengan memberikan anak telur dan susu setiap harinya. Adapun yang menjadi saran dalam kegiatan pemberian makanan tambahan pada anak resiko stunting perlu dilanjutkan lagi untuk makan telur dan minum susu setiap hari nya untuk mencegah stunting.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada ibu dan balita di wilayah Puskesmas tembilahan Hulu yang telah menjadi mitra dalam pengabdian masyarakat ini, dan semua



pihak yang terlibat dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat sehingga berjalan dengan lancar.

Daftar Pustaka

- Abdillah Fajar, S. *et al.* (2022) 'The effectiveness of supplementary feeding on the nutritional status of Puskesmas Citeras Garut Regency', *Nutrition Scientific Journal.*, I(1), pp. 30–40. Available at: <https://doi.org/10.37058/nsj.v1i1.5975>.
- Anandita, M.Y.R. and Gustina, I. (2022) 'Pencegahan Stunting Pada Periode Golden Age Melalui Peningkatan Edukasi Pentingnya Mipasi', *Al Ghafur: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), pp. 79–86. Available at: <https://doi.org/10.47647/algafur.v1i2.917>.
- Dewi, R.F. *et al.* (2021) 'Sosialisasi Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan Dan', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5, pp. 504–509.
- Femidio, M. and Muniroh, L. (2020) 'Perbedaan Pola Asuh dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi pada Balita Stunting dan Non-Stunting di Wilayah Pesisir Kabupaten Probolinggo', *Amerta Nutrition*, 4(1), p. 49. Available at: <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i1.2020.49-57>.
- Fitriami, E. and Galaresa, A.V. (2021) 'Edukasi Pencegahan Stunting Berbasis Aplikasi Android Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Ibu', *Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute*, 5(2), pp. 78–85. Available at: <https://doi.org/10.33862/citradelima.v5i2.258>.
- Saranani, S. *et al.* (2023) 'Pencegahan Stunting Melalui Intervensi Gizi Spesifik Pemberian Nugget Ikan Kelor dan Telur di Desa Torobulu Kabupaten Konawe Selatan', *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(1), pp. 273–279. Available at: <https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i1.244>.
- Umam, K. *et al.* (2022) 'Sosialisasi Bahaya Stunting di Desa Pucungwetan Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Wonosobo', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Madani (JPMM)*, 2(2), pp. 181–187. Available at: <https://doi.org/10.51805/jpmm.v2i2.83>.
- Wahyuningsih, S. and Devi, mika indriana (2017) 'Evaluasi Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada Balita Gizi Kurang di Puskesmas Jakenan Kabupaten Pati.', *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 6(2), pp. 1–86.
- Waliulu, S.H., Ibrahim, D. and Umasugi, M.T. (2018) 'Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Upaya Pencegahan Stunting Anak Usia Balita', *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 9(4), pp. 269–272.
- Zulhakim and Naelasari, D.N. (2021) 'Sosialisasi Pentingnya Pemberian MP-ASI untuk Mencegah Stunting Pada Baduta di Lingsar Kabupaten Lombok Barat', *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(2), pp. 52–56.