

Sosialisasi Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Way Galih Kecamatan Lampung Selatan

Made Ninta Adyani*¹, Nabila Andrea², Dinda Taqiyyah Tsamarah³, Suci Ananda Putri⁴, Adean Naufal Ramdhani⁵, Winda Rahmawati⁶, Zahrotun Khasanah⁷, Daffa Aqilla Hindyana⁸, Adinda Fitri Nur Faridah⁹, Regif Desty Safitri¹⁰, Afifa Najla Sifana¹¹, Rizka Dzafitri¹², Intan Kusuma Wardani¹³, Sinaga¹⁴, Rizky Hidayaturahmah¹⁵

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15}Program Studi Farmasi, Fakultas Sains, Institut Teknologi Sumatera, Indonesia

*e-mail: made.120260071@student.itera.ac.id¹, rizky.hidayaturahmah@fa.itera.ac.id²

Abstrak

Stunting merupakan keadaan gagal tumbuh pada balita akibat defisiensi gizi kronik yang berkepanjangan dan paparan infeksi yang berulang terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Berdasarkan data Riskesdas 2022, angka stunting di Indonesia yaitu sebesar 21,6%. Angka tersebut lebih tinggi dari target angka stunting yang ditetapkan pemerintah yaitu sebesar 14%. Salah satu upaya yang memegang peran dalam penurunan angka stunting yaitu melalui swasembada gizi yaitu usaha pemenuhan gizi secara mandiri. Komoditas bahan pangan lokal seperti sayur-sayuran ataupun kacang-kacangan bermanfaat dalam pemenuhan gizi masa pertumbuhan sebagai wujud swasembada gizi di rumah. Untuk meningkatkan pengetahuan pencegahan stunting dengan memanfaatkan pangan lokal kaya gizi, maka dilakukan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dalam bentuk kegiatan sosialisasi. Kegiatan sosialisasi ini dilakukan di Desa Way Galih, Kecamatan Lampung Selatan, terdiri atas tiga tahap meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Kegiatan diikuti oleh ibu-ibu PKK dengan melibatkan beberapa kader posyandu, perangkat desa, dan kecamatan. Adapun hasil evaluasi pemahaman peserta sosialisasi diperoleh melalui presentase nilai benar pretest dan posttest yang kemudian dibandingkan menggunakan analisis uji beda paired t-test. Hasil yang didapat menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi ini memberikan dampak peningkatan pemahaman masyarakat Desa Way Galih tentang stunting dan pencegahannya serta pemahaman mereka dalam pemanfaatan pangan lokal yang kaya gizi, murah, dan mudah ditemukan.

Kata kunci: pangan local, sosialisasi, stunting

Abstract

Stunting is a condition of under-five growth failure due to prolonged chronic malnutrition and repeated exposure to infection, especially in the first 1000 days of life (HPK). Based on Riskesdas 2022 data, the stunting rate in Indonesia is 21.6%. This figure is higher than the stunting rate target set by the government, which is 14%. One of the efforts that play a role in reducing stunting rates is through nutritional self-sufficiency, which is an effort to fulfill nutrition independently. Local food commodities such as vegetables or nuts are useful in fulfilling nutrition during growth as a form of nutritional self-sufficiency at home. To increase knowledge of stunting prevention by utilizing nutrient-rich local foods, this Community Service (PkM) activity was carried out in the form of socialization activities. This socialization activity was carried out in Way Galih Village, South Lampung District, consisting of three stages including preparation, implementation, and evaluation. The activity was attended by PKK mothers by involving several posyandu cadres, village and sub-district officials. The results of the evaluation of the understanding of the socialization participants were obtained through the percentage of correct pretest and posttest scores which were then compared using paired t-test analysis. The results obtained show that this socialization activity has an impact on increasing the understanding of the Way Galih Village community about stunting and its prevention as well as their understanding of the use of local food that is cheap and easy to find.

Keywords: local food, socialization, stunting

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu kondisi pada balita gagal tumbuh yang berakibat pertumbuhan terhambat dan tidak memenuhi standar WHO 2005 akibat adanya kekurangan gizi kronis. Stunting merupakan kondisi status gizi dengan nilai z-score di bawah -2 hingga -3 SD atau ambang batas yang dinilai dari indeks PB/U atau TB/U.[1] [1]. Stunting disebabkan oleh banyak faktor diantaranya karena kekurangan asupan makanan, penyakit infeksi, minimnya

pengetahuan ibu, sanitasi dan kebersihan yang buruk, pola asuh yang salah, tingkat pelayanan kesehatan yang masih rendah, serta kesadaran masyarakat yang masih kurang terkait anak yang pendek. Kekurangan gizi menjadi faktor utama penyebab stunting yang berakibat anak dengan tubuh yang pendek, menurunnya fungsi kognitif dan motorik, serta mudah sakit [2], [3].

Stunting menjadi salah satu tujuan dalam Sustainable Development Goals (SDGs) nomor 3 yaitu adanya penjaminan atas kehidupan sehat dan kesejahteraan untuk semua usia bagi setiap orangnya. Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskeddas) tahun 2022, stunting di Indonesia tetap menjadi masalah gizi utama yaitu sebesar 21,6% di tahun 2022 dan masih berada di atas target dari pemerintah yaitu sebesar 14%. Indonesia telah berupaya dalam penanggulangan stunting dengan mengeluarkan beberapa kebijakan seperti Undang-Undang Nomor 17 tahun 2007 mengenai Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional (RPJPN) tahun 2005-2025 yang mencakup konsumsi pangan dengan kandungan gizi yang cukup dan seimbang serta terjamin keamanannya. Gerakan kecukupan gizi ini berfokus pada 1000 hari pertama kehidupan yang meliputi monitoring pertumbuhan balita, imunisasi, pemberian PMT pada ibu hamil dan balita, suplemen tablet zat besi dan asam folat, serta edukasi terkait ASI Eksklusif, MP-ASI, dan lainnya [4]. Adapun upaya-upaya lain untuk mencegah kejadian stunting meliputi peningkatan nutrisi dan gizi, peningkatan pengetahuan dan perilaku, peningkatan ekonomi dan kesejahteraan masyarakat, pemberian ASI eksklusif dan susu pertumbuhan, pemenuhan pangan, pemberian protein, dan lain sebagainya. Rendahnya kesadaran gizi, kebiasaan yang buruk, kekurangan pangan, dan kemiskinan merupakan faktor utama yang menyebabkan permasalahan gizi di Indonesia [3]–[5].

Lampung merupakan provinsi yang menyumbang angka stunting sebesar 15,2% dari seluruh provinsi Indonesia. Desa Way Galih merupakan salah satu desa di Lampung Selatan yang masih berperang dengan angka kejadian stunting. Salah satu upaya yang diluncurkan Desa Way Galih untuk menurunkan angka stunting yaitu program Swasembada Gizi. Salah satu bentuk kegiatan dari Program Swasembada Gizi yang diterapkan di Desa Way Galih adalah GerTak TaYur (Gerakan Serentak Tanam Sayur) yaitu menanam tanaman obat dan sayuran sebagai sumber zat gizi kepada seluruh masyarakat desa termasuk, calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui, balita, dan anak-anak. Namun, program tersebut belum sepenuhnya terlaksana dan masih minimnya pengetahuan masyarakat terkait pemilihan tanaman yang baik dibudidayakan yang memiliki kandungan gizi yang tinggi untuk mencegah stunting. Oleh karena itu, perlu dilakukan kegiatan sosialisasi ini sebagai bentuk kontribusi dalam menurunkan angka stunting di Desa Way Galih. Salah satu solusi yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi masalah stunting yaitu melalui edukasi pemenuhan gizi calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui, balita, dan anak-anak dengan memanfaatkan sumber bahan pangan lokal kaya gizi serta strategi pemanfaatannya. Sumber pangan lokal yang memiliki kaya kandungan gizi untuk mencegah stunting yaitu kacang hijau, bayam hijau, dan kedelai. Kacang hijau, bayam hijau, dan kacang kedelai yang merupakan bahan pangan kaya gizi, yang mudah ditemukan di Desa Way Galih, mudah dalam pengolahan, dan memiliki harga yang relatif terjangkau.

Dari latar belakang tersebut, maka perlu diselenggarakannya kegiatan PkM ini untuk melakukan edukasi kepada masyarakat tentang stunting dan pencegahannya melalui pemanfaatan bahan pangan lokal seperti kacang hijau, bayam hijau, dan kacang kedelai serta strategi pemanfaatannya.

2. METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dilaksanakan di Balai Desa Way Galih, Kecamatan Tanjung Bintang, Kabupaten Lampung Selatan, Lampung. Kegiatan dilaksanakan pada 22 November 2023 dihadiri oleh 28 peserta meliputi ibu PKK Desa Way Galih dengan melibatkan pihak Ketua UPT KB kecamatan, kader posyandu, dan perangkat Desa Way Galih. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan pemaparan materi mengenai stunting dan pencegahannya melalui pemanfaatan bahan pangan lokal yang memiliki nilai gizi tinggi yang baik untuk pencegahan stunting. Bahan pangan lokal yang diambil dalam sosialisasi ini yaitu

kacang hijau, bayam hijau, dan kacang kedelai. Kegiatan sosialisasi ini terdiri dari tiga tahap meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Untuk mengetahui tercapainya tujuan dari kegiatan sosialisasi ini, dilakukan analisis perubahan tingkat pemahaman masyarakat tentang stunting melalui pretest pada saat sebelum pemaparan materi dan posttest pada saat sesudah pemaparan materi. Hasil tes tersebut kemudian dievaluasi menggunakan analisis uji beda paired t-test. Selain itu, dilakukan survei kepuasan dengan membagikan formulir dengan 4 poin pertanyaan kepada peserta sosialisasi untuk menilai tingkat kepuasan terhadap kegiatan yang dilakukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi pencegahan stunting kepada ibu-ibu PKK dengan melibatkan pihak Ketua UPT KB kecamatan, kader posyandu, dan perangkat Desa Way Galih. Kegiatan sosialisasi ini untuk mengenalkan tentang pentingnya pengetahuan mengenai bahaya stunting agar dapat dilakukan pencegahan sejak dini. Sosialisasi di Desa Way Galih ini bukan hanya memberikan materi tentang pencegahan stunting saja pada balita, anak-anak, ibu hamil, dan ibu menyusui namun juga pencegahan stunting pada remaja sebagai calon ibu masa depan. Adapun karakteristik peserta yang menjadi responden pada kegiatan sosialisasi ini dikategorikan berdasarkan pendidikan dan pekerjaan dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Data karakteristik peserta sosialisasi

Karakteristik	Jumlah Responden	Persentase (%)
Pekerjaan		
IRT	18	81.82
Perangkat Desa	1	4.55
PNS	1	4.55
TP PKK	1	4.55
Tidak Tercantum	1	4.55
Pendidikan		
SD	1	4.55
SMP	1	4.55
SLTA	4	18.18
SMA	6	27.27
SMEA	2	9.09
SMIA	1	4.55
SMK	5	22.73
S1	1	4.55
Tidak Tercantum	1	4.55

Dari data pada Tabel 1, karakteristik peserta yang mengikuti kegiatan sosialisasi ini didominasi oleh ibu-ibu dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (81,82%) dan dengan tingkat pendidikan akhir dominan yaitu SMA/SMK sederajat yaitu (22%). Menurut Septyarsini dan Rahayuningsih, status pekerjaan dan pendidikan menjadi parameter yang penting yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai stunting dan upaya pencegahannya [2]. Pekerjaan dan pendidikan dapat mempengaruhi sikap atau tindakan ibu dari informasi yang diterima. Berdasarkan penelitian, kejadian balita stunting banyak terjadi pada ibu yang memiliki pendidikan rendah. Hal ini karena tingkat pendidikan mempengaruhi pengetahuan mengenai penilaian dan pemilihan gizi seimbang dan berkualitas bagi anak [6].

Kegiatan disambut dengan baik oleh Ketua PKK, Kepala Desa Way Galih, dan Ketua UPT KB kecamatan Lampung Selatan. Sebelum pemaparan materi, peserta dan tamu undangan diberikan *pretest* seputar *stunting* dan pencegahannya. Tujuan dilakukan *pretest* menilai kondisi awal pemahaman dan kesiapan peserta dan para tamu undangan terkait *stunting* sebelum

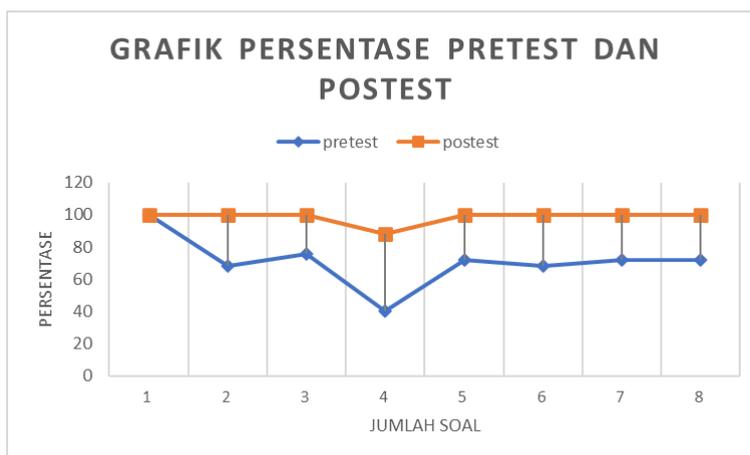
dilakukannya sosialisasi. Setelah pemaparan materi, peserta diberikan *posttest* yang bertujuan untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah penyampaian materi. Pemaparan materi sangat penting diberikan kepada ibu-ibu PKK yang merupakan *agent of change* untuk memberdayakan masyarakat dalam mendukung program swasembada gizi pencegahan *stunting* terutama di Desa Way Galih. Dengan adanya sosialisasi ini diharapkan masyarakat semakin sadar akan bahaya *stunting* dan fokus terhadap pencegahan *stunting*. Materi yang dibawakan pada kegiatan sosialisasi ini meliputi gambaran umum dan dampak *stunting*, faktor utama penyebab *stunting*, berbagai macam upaya pencegahan *stunting*, dan pemanfaatan bahan pangan lokal dalam pencegahan *stunting*. Bahan pangan lokal yang diambil pada materi sosialisasi ini meliputi kacang hijau, bayam hijau, dan kacang kedelai yang merupakan bahan pangan yang kaya gizi, mudah ditemui di Desa Way Galih, mudah dalam pengolahan, dan memiliki harga yang relatif terjangkau.

Kacang hijau memiliki kandungan protein lengkap sebesar 22% yang berfungsi untuk mengganti sel mati dan membantu pertumbuhan sel tubuh sehingga dapat dimanfaatkan untuk mencegah *stunting* terutama pada anak yang masih pada masa pertumbuhan. Selain itu, biji kacang hijau memiliki kandungan lemak yang tersusun atas 73% asam lemak tak jenuh dan 27% asam lemak jenuh. Kadar lemak tak jenuh pada biji kacang hijau tinggi sehingga dapat digunakan untuk menjaga kesehatan jantung terutama dalam menunjang *supply* oksigen ke seluruh tubuh [7], [8]. Bayam hijau memiliki kandungan gizi unggulan yaitu zat besi dan vitamin C. Tingginya zat besi pada bayam hijau membantu proses pembentukan sel darah merah dan menunjang proses pertumbuhan. Selain itu, kandungan vitamin C dalam bayam hijau dapat membantu meningkatkan kekebalan sel imun sehingga mengurangi kejadian penyakit infeksi yang merupakan salah satu faktor risiko penyebab *stunting*. Bahan pangan lainnya yaitu kacang kedelai yang merupakan bahan yang sudah banyak dikenal untuk mencegah *stunting*. Kacang kedelai memiliki kandungan gizi unggulan yaitu protein dan fosfor yang berfungsi dalam menunjang pertumbuhan anak [9].



Gambar 1. Kegiatan Penyampaian Materi dan Sesi Tanya Jawab

Selama pemaparan materi, peserta aktif mendengarkan dan terjadi interaksi timbal balik yang positif antara peserta dan pemateri. Keaktifan bertanya peserta menggambarkan tingginya minat keingintahuan peserta tentang cara pencegahan *stunting* dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang murah dan mudah didapat. Selain itu, materi yang disampaikan pada kegiatan ini juga tidak hanya sebatas kandungan gizi unggulan pada masing-masing bahan pangan. Namun, juga diberikan wawasan tambahan terkait cara pengolahan yang baik untuk menjaga kandungan nutrisi dalam bahan pangan tersebut tidak hilang sehingga memaksimalkan asupan gizi dalam konsumsi hariannya.



Gambar 2. Hasil *pretest* dan *posttest* peserta yang diuji pada awal dan akhir kegiatan sosialisasi

Hasil presentase nilai benar pada *pretest-postttest* peserta sosialisasi dapat dilihat pada Gambar 2. Dari gambar grafik tersebut, terdapat kenaikan presentase jumlah peserta yang menjawab benar setelah pemaparan materi. Untuk memastikan adanya perbedaan bermakna terhadap kenaikan presentase tersebut dilakukan analisis menggunakan uji beda yaitu *paired-t test*. Hasil uji yang diperoleh dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil analisis uji beda nilai *pretest* dan *posttest* peserta sosialisasi

Pair	Pretest-Posttest	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	t	Sig (2-tailed)
1		-27.50000	13.25573	4.68661	-5.868	.001

Hasil uji beda tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna (sig $p < 0.05$) antara presentase jumlah benar pada *pretest* terhadap *posttest*. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta sosialisasi setelah diberikan pemaparan materi.

Tabel 3. Survey Kepuasan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Pertanyaan	Tidak Setuju (%)	Kurang Setuju (%)	Setuju (%)	Sangat Setuju (%)
Isi materi menarik dan dapat diterima oleh masyarakat	0	0	71,42	28,57
Materi dapat diterapkan dalam kehidupan	0	0	64,28	35,71
Program sosialisasi bermanfaat bagi masyarakat	0	0	64,28	35,71
Hubungan penyelenggara dengan masyarakat baik	0	0	71,42	28,57

Selain itu, berdasarkan data survei kepuasan atas kegiatan yang didapat (Tabel 3), peserta sosialisasi puas dengan adanya kegiatan yang telah dilakukan dengan setuju bahwa materi menarik, dan dapat diterima oleh masyarakat serta upaya-upaya yang ditawarkan dapat mudah diterapkan.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk sosialisasi ini menjadi strategi penting untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang *stunting* dan cara pencegahannya. Tujuan utama kegiatan ini telah tercapai dilihat dari peningkatan presentase nilai benar *pretest* dan

posttest peserta sosialisasi. Pemanfaatan bahan pangan lokal meliputi kacang hijau, bayam hijau, dan kacang kedelai yang kaya gizi, mudah didapat, dan harga terjangkau pun dapat diterima oleh masyarakat untuk menjadi solusi yang mudah diterapkan untuk meningkatkan asupan gizi baik bagi calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui, balita, dan anak-anak dalam pencegahan *stunting* di Desa Way Galih. Selain itu, kegiatan ini sejalan dengan tujuan program swasembada gizi Desa Way Galih yaitu menurunkan angka *stunting* hingga *zero point*.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] S. Masluhiya and I. F. Soares, "Korelasi Status Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita," *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, vol. 11, no. 1, pp. 196–207, 2023.
- [2] N. Septyasrini and B. Rahayuningsih, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Status Pekerjaan Dengan Pemberian Asi Eksklusif," *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, vol. 11, no. 1, pp. 19–27, 2018.
- [3] K. Rahmadhita, "Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention," *Juni*, vol. 11, no. 1, pp. 225–229, 2020, doi: 10.35816/jiskh.v10i2.253.
- [4] H. Rahman, "Upaya Penanganan Stunting Di Indonesia," *Jurnal Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa (JIPSK)*, vol. VIII, no. 01, 2023.
- [5] Mitra, "Permasalahan Anak Pendek (Stunting) Dan Intervensi Untuk Mencegah Terjadinya Stunting," 2015.
- [6] Y. Nurmalasari and T. Wihelmia Febriany, "Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dan Pendapatan Keluarga dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 6-59 Bulan," *Jurnal Kebidanan*, vol. 6, no. 2, pp. 205–211, 2020.
- [7] E. Sundari, "Hubungan Asupan Protein, Seng, Zat Besi, Dan Riwayat Penyakit Infeksi Dengan Z-Score Tb/U Pada Balita," *Journal of Nutrition College*, vol. 5, no. 4, p. 520, 2016, [Online]. Available: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>
- [8] R. P. Pertiwi, A. Larasati, and L. Hidayati, "Pengaruh Teknik Sangrai dan Panggang dalam Pembuatan Tepung Kacang Hijau (*Phaseolus radiates* l.) terhadap Mutu Katetong," *Teknologi dan Kejuruan: Jurnal Teknologi, Kejuruan, dan Pengajarannya*, vol. 41, no. 1, pp. 89–100, Feb. 2018, doi: 10.17977/um031v41i12018p089.
- [9] F. A. Manditsera, P. A. Luning, V. Fogliano, and C. M. M. Lakemond, "Effect Of Domestic Cooking Methods On Protein Digestibility And Mineral Bioaccessibility Of Wild Harvested Adult Edible Insects," *Food Research International*, vol. 121, pp. 404–411, Jul. 2019, doi: 10.1016/j.foodres.2019.03.052.