



**PENANGGULANGAN STUNTING MELALUI PEMBERIAN MAKANAN
TAMBAHAN DI DESA WAEPANA**

**Marselina Resi¹⁾, Matilde Ngeo²⁾, Rosadalima Wea³⁾, Maria Esterina Tua⁴⁾,
Maria Dolfina Harti⁵⁾, Yosefina Uge Lawe⁶⁾, Dimas Qondias⁷⁾, Wilibaldus Bhoke⁸⁾,
Marsianus Meka⁹⁾**

STKIP Citra Bakti

¹⁾marselinaresi19@gmail.com, ²⁾matlideneo@gmail.com, ³⁾weaochan@gmail.com,
⁴⁾mariaesterinatua@gmail.com, ⁵⁾mariahartydol@gmail.com, ⁶⁾yosefinagelawe@gmail.com,
⁷⁾didimqondias@gmail.com, ⁸⁾wilibaldusbhoke87@gmail.com,
⁹⁾marsianus006mek@gmail.com

Histori artikel

Received:
22 Januari 2024

Accepted:
29 Januari 2025

Published:
31 Januari 2025

Abstrak

Stunting adalah kondisi kekurangan gizi kronis yang menyebabkan gangguan perkembangan otak serta pertumbuhan anak, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan. Salah satu penyebab utama stunting adalah rendahnya asupan gizi pada bayi atau ibu balita. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan praktik pemberian makanan tambahan (PMT) di Desa Waepana, Kecamatan So'a. Metode yang digunakan adalah pemberian makanan tambahan berbasis bahan lokal seperti daun kelor dan kacang hijau. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat terhadap pentingnya pemberian makanan tambahan dan kemampuan dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan bergizi. Langkah ini diharapkan dapat menjadi upaya efektif dalam menurunkan angka prevalensi stunting di desa tersebut.

Kata Kunci: Pencegahan, Pemberian Makanan Tambahan, Stunting

Abstract

Stunting is a condition of chronic malnutrition that causes delays in brain development and child growth, particularly during the first 1,000 days of life. One of the main causes of stunting is insufficient nutritional intake for babies or mothers of toddlers. This community service activity aims to provide education and practices on supplementary feeding in Waepana Village, So'a Subdistrict. The method employed involves supplementary feeding based on local ingredients such as moringa leaves and mung beans. The results indicate improved community understanding of supplementary feeding and the ability to process local food materials into nutritious meals. This effort is expected to effectively reduce stunting prevalence in the village.

Key words: Prevention, Supplementary Feeding, Stunting

*Penulis Koresponden: Marselina Resi (marselinaresi19@gmail.com)

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis. Kondisi ini terjadi ketika anak tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup dalam waktu lama, sehingga pertumbuhan fisik dan perkembangan otaknya terganggu. Menurut Ramayulis (2018), stunting terjadi akibat kegagalan tumbuh, terutama selama periode 1.000 hari pertama kehidupan, yang mencakup masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Kekurangan gizi selama periode ini dapat menyebabkan anak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari standar usianya dan berisiko mengalami gangguan kognitif, perkembangan motorik, serta kerentanan terhadap penyakit.

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), sekitar 22,9% balita di dunia mengalami stunting pada tahun 2016, dan wilayah Asia Tenggara mencatat prevalensi stunting tertinggi sebesar 31,9% (Unicef/WHO/The World Bank, 2019). Di Indonesia, prevalensi stunting terus menjadi perhatian pemerintah, meskipun telah mengalami penurunan dari 30,8% pada tahun 2018 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Namun, angka tersebut masih di atas target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) sebesar 19% pada tahun 2024 (Kemenkes RI, 2018; Unicef/WHO/The World Bank, 2019).

Salah satu daerah di Indonesia dengan prevalensi stunting tertinggi adalah Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT), yang mencapai angka 40,3% (Picauly & Toy, 2013). Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi, pola makan yang tidak memadai, keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan, sanitasi yang buruk, serta tingginya tingkat infeksi pada anak-anak (Fuada, Muljati, & Hidayat, 2015). Di Desa Waepana, Kecamatan So'a, Kabupaten Ngada, survei menunjukkan terdapat delapan anak yang mengalami stunting. Anak-anak ini memiliki tinggi badan yang tidak sesuai dengan standar ideal menurut usia mereka. Sebagai contoh, balita berusia dua tahun memiliki tinggi rata-rata 75,4 cm, sementara standar idealnya adalah 81,7–90,9 cm (Kemenkes RI, 2020).

Untuk mengatasi permasalahan ini, diperlukan intervensi yang tidak hanya bersifat preventif tetapi juga berbasis sumber daya lokal. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah pemberian makanan tambahan (PMT) dengan memanfaatkan bahan pangan lokal seperti daun kelor dan kacang hijau. Daun kelor dikenal sebagai superfood karena kandungan nutrisinya yang tinggi, meliputi protein, kalsium, zat besi, serta vitamin A dan C (Aminah, Ramdhan, & Yanis, 2015; Krisnadi, 2015). Di sisi lain, kacang hijau merupakan sumber makanan yang kaya akan vitamin dan mineral yang dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil dan anak balita selama masa pertumbuhan (Krisnadi, 2015).

Namun, potensi bahan pangan lokal ini belum sepenuhnya dimanfaatkan oleh masyarakat Desa Waepana. Pemanfaatan daun kelor sering kali terbatas pada pengolahan sederhana seperti sayur rebus, sementara kacang hijau lebih sering digunakan untuk makanan penutup. Oleh karena itu, edukasi dan pelatihan kepada masyarakat tentang pengolahan bahan lokal menjadi makanan tambahan yang bergizi sangat diperlukan. Kegiatan ini bertujuan tidak hanya untuk meningkatkan asupan gizi anak tetapi juga untuk memberdayakan masyarakat dalam memanfaatkan sumber daya lokal secara optimal.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan praktik tentang pengolahan makanan tambahan berbasis bahan lokal di Desa Waepana. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan masyarakat memiliki pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya pemberian makanan bergizi untuk anak-anak serta kemampuan untuk mengolah bahan lokal menjadi makanan yang mendukung pencegahan stunting. Intervensi ini juga diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam menurunkan prevalensi stunting di Desa Waepana dan mendukung target pemerintah untuk mencapai angka stunting di bawah 19% pada tahun 2024.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Waepana, Kecamatan So'a, Kabupaten Ngada. Desa ini terdiri dari tiga dusun dan 12 Rukun Tetangga (RT), dengan waktu pelaksanaan kegiatan dimulai pada tanggal 5 Desember 2023 hingga 5 Januari 2024. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pemberian makanan tambahan (PMT) berbasis bahan pangan lokal sebagai upaya pencegahan stunting.

Tahapan Kegiatan

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini meliputi dua tahapan utama, yaitu tahap perencanaan dan tahap pelaksanaan.

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan langkah-langkah berikut:

- Mengumpulkan data awal mengenai prevalensi stunting di Desa Waepana melalui survei posyandu. Berdasarkan survei, ditemukan bahwa terdapat delapan balita dengan tinggi badan di bawah standar ideal menurut usia, yaitu tiga balita usia dua tahun dengan tinggi rata-rata 75,4 cm (idealnya 81,7–90,9 cm) dan lima balita usia tiga tahun dengan tinggi rata-rata 80,1 cm (idealnya 88,7–99,8 cm) (Kemenkes RI, 2020).
- Mengidentifikasi bahan pangan lokal yang dapat digunakan sebagai makanan tambahan, seperti daun kelor dan kacang hijau. Daun kelor dikenal kaya akan kandungan protein, kalsium, zat besi, serta vitamin A dan C, sementara kacang hijau merupakan sumber makanan yang kaya akan vitamin dan mineral penting (Aminah, Ramdhan, & Yanis, 2015; Krisnadi, 2015).
- Menyusun rencana kerja yang mencakup kegiatan edukasi dan pelatihan pengolahan makanan tambahan.
- Berkoordinasi dengan pemerintah desa, kader posyandu, dan masyarakat setempat untuk memastikan dukungan penuh terhadap pelaksanaan kegiatan.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan terdiri dari beberapa kegiatan berikut:

- Kegiatan Edukasi:
Edukasi diberikan kepada masyarakat, khususnya ibu-ibu yang memiliki balita, mengenai pentingnya asupan gizi selama periode 1.000 hari pertama kehidupan. Materi edukasi mencakup dampak stunting terhadap perkembangan anak, manfaat bahan pangan lokal, serta cara pengolahan makanan tambahan.
- Kegiatan Posyandu:
Pelaksanaan kegiatan posyandu meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, dan lingkaran lengan atas balita untuk menentukan status gizi anak. Data ini digunakan untuk memantau perkembangan anak setelah program pemberian makanan tambahan.
- Pelatihan dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT):
Tim pengabdian memberikan pelatihan kepada masyarakat tentang cara mengolah daun kelor dan kacang hijau menjadi makanan dan minuman bergizi, seperti bubur kacang hijau kelor dan jus kelor. Makanan tambahan ini kemudian diberikan kepada delapan anak yang teridentifikasi mengalami stunting. Pemberian makanan dilakukan selama satu minggu melalui posyandu dengan pengawasan ketat dari kader desa.

Sasaran Kegiatan

Sasaran utama kegiatan ini adalah anak-anak yang teridentifikasi mengalami stunting di Desa Waepana, beserta keluarga mereka. Selain itu, kegiatan ini juga melibatkan masyarakat luas untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi dalam pencegahan stunting.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui dua tahapan utama, yaitu tahap perencanaan dan tahap pelaksanaan. Berikut adalah hasil yang diperoleh dari masing-masing tahapan kegiatan:

Tahap Perencanaan

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan serangkaian kegiatan untuk mengidentifikasi dan merumuskan kebutuhan serta langkah-langkah strategis dalam pencegahan stunting di Desa Waepana. Berdasarkan data posyandu, terdapat delapan anak yang teridentifikasi mengalami stunting. Tiga balita usia dua tahun memiliki tinggi rata-rata 75,4 cm, yang tidak sesuai dengan standar ideal 81,7–90,9 cm. Sementara itu, lima balita usia tiga tahun memiliki tinggi rata-rata 80,1 cm, yang lebih rendah dari standar ideal 88,7–99,8 cm (Kemenkes RI, 2020).

Selain itu, identifikasi bahan pangan lokal yang dapat digunakan untuk mengatasi stunting dilakukan. Daun kelor dan kacang hijau dipilih karena memiliki kandungan gizi tinggi yang dapat membantu pemenuhan nutrisi untuk anak-anak (Aminah, Ramdhan, & Yanis, 2015; Krisnadi, 2015). Hasil survei menunjukkan bahwa masyarakat belum memanfaatkan sepenuhnya potensi bahan pangan lokal ini untuk pencegahan stunting, yang menjadi alasan utama pelaksanaan program ini.

Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, terdapat beberapa kegiatan yang dilaksanakan, antara lain:

1. Kegiatan Posyandu

- Pengukuran tinggi badan, berat badan, dan lingkar lengan atas balita dilakukan untuk menentukan status gizi anak. Dari total 60 balita yang terdaftar di posyandu, delapan balita dinyatakan mengalami stunting.
- Gambar 1 menunjukkan kegiatan posyandu yang melibatkan pengukuran tinggi badan dan pemberian makanan tambahan kepada anak-anak yang terdeteksi mengalami stunting. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran orang tua mengenai pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak.



Gambar 1. Pendataan oleh Posyandu dan Pemberian Makanan Tambahan

2. Pelatihan dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT)

- Tim pengabdian memberikan pelatihan kepada masyarakat tentang cara mengolah daun kelor dan kacang hijau menjadi makanan bergizi. Pelatihan ini menghasilkan beberapa olahan seperti bubur kacang hijau kelor dan jus kelor, yang kemudian diberikan kepada anak-anak yang mengalami stunting selama satu minggu.
- Gambar 2 menunjukkan pembagian bahan pangan berupa daun kelor dan kacang hijau yang diberikan kepada keluarga yang memiliki balita stunting. Pelatihan ini bertujuan untuk memberdayakan masyarakat dalam mengolah bahan lokal menjadi makanan sehat dan bergizi.



Gambar 2. Pemberian Bantuan Bahan Makanan untuk Anak Stunting dari Pihak Kampus

3. Peningkatan Kesadaran dan Partisipasi Masyarakat

- Program ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemberian makanan bergizi dan pemanfaatan bahan pangan lokal. Masyarakat menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti pelatihan dan kegiatan posyandu.
- Hasil ini menunjukkan bahwa masyarakat telah lebih memahami cara menjaga gizi anak dan telah mulai mengolah bahan pangan lokal sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting.

Hasil Akhir

Kegiatan pemberian makanan tambahan yang dilakukan melalui posyandu berhasil mencapai sasaran dengan memberikan PMT kepada delapan balita yang teridentifikasi mengalami stunting. Meskipun perubahan prevalensi stunting belum dapat diukur secara signifikan karena keterbatasan waktu, kegiatan ini memberikan dasar yang kuat untuk langkah-langkah lanjutan. Keberhasilan program ini dapat dilihat dari meningkatnya pemahaman masyarakat terhadap pentingnya gizi serta kemampuan mereka dalam memanfaatkan bahan pangan lokal untuk mencegah stunting.

PEMBAHASAN

Stunting merupakan masalah kesehatan global yang berdampak luas terhadap tumbuh kembang anak, termasuk pertumbuhan fisik, kognitif, dan motorik. Dalam konteks lokal, Desa Waepana menjadi salah satu wilayah dengan prevalensi stunting yang tinggi, mencerminkan perlunya intervensi berbasis masyarakat untuk mengatasi masalah ini. Berdasarkan temuan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, pemberian makanan tambahan berbasis bahan pangan lokal terbukti menjadi salah satu upaya efektif untuk meningkatkan gizi anak dan menurunkan prevalensi stunting.

Faktor Penyebab dan Dampak Stunting

Penyebab utama stunting meliputi kurangnya asupan gizi, kualitas makanan yang rendah, pola asuh yang tidak memadai, serta tingginya angka infeksi pada balita (Fuada, Muljati, & Hidayat, 2015). Data posyandu menunjukkan bahwa delapan anak di Desa Waepana mengalami stunting, yang sebagian besar disebabkan oleh kekurangan gizi kronis sejak dini. Hal ini konsisten dengan temuan Ramayulis (2018), yang menyebutkan bahwa stunting terjadi akibat kurangnya pemenuhan kebutuhan gizi selama 1.000 hari pertama kehidupan.

Kondisi stunting tidak hanya berdampak pada tinggi badan anak, tetapi juga berpotensi menyebabkan gangguan kognitif, rendahnya prestasi akademik, serta meningkatnya risiko penyakit tidak menular di kemudian hari (Unicef/WHO/The World Bank, 2019). Oleh karena itu, intervensi berbasis gizi yang melibatkan bahan pangan lokal, seperti daun kelor dan kacang hijau, menjadi salah satu solusi yang relevan dan berkelanjutan.

Pemanfaatan Bahan Pangan Lokal

Daun kelor dan kacang hijau dipilih sebagai bahan utama dalam pemberian makanan tambahan karena kandungan nutrisinya yang tinggi. Daun kelor kaya akan protein, kalsium,

zat besi, serta vitamin A dan C, yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak (Aminah, Ramdhan, & Yanis, 2015; Krisnadi, 2015). Di sisi lain, kacang hijau mengandung vitamin dan mineral esensial yang dapat membantu pemenuhan gizi anak, terutama selama masa pertumbuhan (Krisnadi, 2015).

Namun, sebelum intervensi ini dilakukan, masyarakat Desa Waepana belum sepenuhnya menyadari potensi bahan pangan lokal tersebut. Pengolahan daun kelor sering kali terbatas pada masakan sederhana, sementara kacang hijau lebih banyak digunakan sebagai makanan penutup. Melalui pelatihan yang diberikan, masyarakat mulai memahami cara mengolah bahan-bahan ini menjadi makanan dan minuman bergizi seperti bubur kacang hijau kelor dan jus kelor, yang secara langsung mendukung peningkatan asupan gizi anak-anak.

Efektivitas Program dan Implikasi

Program pemberian makanan tambahan yang dilakukan melalui posyandu memberikan dampak positif terhadap kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi. Edukasi yang diberikan juga membantu meningkatkan pemahaman ibu-ibu balita tentang pola makan sehat dan pentingnya memantau tumbuh kembang anak secara rutin. Hal ini sejalan dengan studi Picauly dan Toy (2013), yang menyebutkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi dapat mengurangi risiko stunting hingga tiga kali lipat.

Kegiatan posyandu juga menjadi sarana yang efektif untuk memantau status gizi anak. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa delapan balita yang mengalami stunting telah menerima PMT secara rutin selama satu minggu. Meskipun hasil jangka pendek belum menunjukkan perubahan signifikan pada prevalensi stunting, program ini memberikan dasar yang kuat untuk intervensi lanjutan dan replikasi di wilayah lain.

Beberapa tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan program meliputi keterbatasan waktu pelaksanaan, kurangnya pemahaman awal masyarakat tentang pentingnya gizi, serta keterbatasan sumber daya untuk distribusi makanan tambahan. Oleh karena itu, diperlukan upaya kolaboratif antara pemerintah desa, kader posyandu, dan masyarakat setempat untuk memastikan keberlanjutan program ini. Rekomendasi dari kegiatan ini meliputi: (1) peningkatan kapasitas kader posyandu melalui pelatihan berkelanjutan tentang gizi dan pengolahan bahan pangan lokal; (2) pengintegrasian program pemberian makanan tambahan ke dalam program kesehatan desa untuk memastikan dampak jangka panjang; (3) monitoring dan evaluasi secara berkala untuk menilai efektivitas program dalam menurunkan prevalensi stunting.

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa Desa Waepana, Kecamatan So'a, memiliki prevalensi stunting yang signifikan dengan delapan balita yang teridentifikasi mengalami stunting. Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya pemenuhan gizi, pola asuh yang tidak memadai, serta minimnya pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai sumber nutrisi.

Program pemberian makanan tambahan (PMT) berbasis bahan lokal, seperti daun kelor dan kacang hijau, terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya asupan gizi selama periode 1.000 hari pertama kehidupan. Pelatihan dan edukasi yang dilakukan juga berhasil memberdayakan masyarakat untuk mengolah bahan lokal menjadi makanan bergizi, seperti bubur kacang hijau kelor dan jus kelor. Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan partisipasi masyarakat dalam pencegahan stunting.

Meskipun hasil jangka pendek belum menunjukkan perubahan signifikan pada prevalensi stunting, program ini memberikan dasar yang kuat untuk pengembangan intervensi yang lebih terintegrasi dan berkelanjutan. Harapannya, kegiatan ini dapat menjadi model bagi program pencegahan stunting di wilayah lain serta mendukung target pemerintah dalam menurunkan angka stunting secara nasional.

Rekomendasi dari program ini mencakup penguatan kolaborasi antara pemerintah desa, kader posyandu, dan masyarakat untuk memastikan keberlanjutan program, serta

pelaksanaan monitoring dan evaluasi berkala untuk menilai efektivitas intervensi yang telah dilakukan. Dengan langkah ini, diharapkan prevalensi stunting di Desa Waepana dapat terus menurun pada masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, S., Ramdhan, T., & Yanis, M. (2015). Kandungan nutrisi dan sifat fungsional tanaman kelor (*Moringa oleifera*). *Buletin Pertanian Perkotaan*, 5(30), 35-44.
- Fuada, Muljati, & Hidayat. (2015). Penentuan daerah rawan gizi berdasarkan analisis spasial. *Media Kesehatan: Jurnal Kesehatan*, 22(1).
- Kemenkes RI. (2016). Situasi balita pendek. Pusdatin Kemenkes RI. Retrieved from <https://doi.org/10.1145/379277.312726>
- Kemenkes RI. (2018). RISKESDAS. Kementrian Kesehatan RI.
- Krisnadi, D. A. (2015). *Kelor super nutrisi (Edisi Revisi)*. Jakarta: Penerbit Kelor.
- Picauly, I., & Toy, S. M. (2013). Analisis determinan dan pengaruh stunting terhadap prestasi belajar anak sekolah di Kupang dan Sumba Timur, NTT. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(1), 55-62.
- Ramayulis, R. (2018). *Stop stunting dengan konseling gizi*. Jakarta: Penebar Swadaya Grup.
- Unicef/WHO/The World Bank. (2019). *Levels and trends in child malnutrition: Unicef WHO The World Bank Joint Child Malnutrition Estimates, Key Findings of the 2019 Edition*. Geneva: WHO.