



# UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI TINGKAT RUMAH TANGGA MELALUI *MOM NUTRITION CAMP* : KELAS GIZI BAGI IBU

INDAH PURNAMA SARI<sup>1</sup>, WINDI INDAH FAJAR NINGSIH<sup>1\*</sup>,  
DITIA FITRI ARINDA<sup>1</sup>, FERANITA UTAMA<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Ogan Ilir, Indonesia

<sup>2</sup>Program studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Ogan Ilir, Indonesia

\*Corresponding author: [windi@fkm.unsri.ac.id](mailto:windi@fkm.unsri.ac.id)

(Received: 29 Mei 2023; Accepted: 12 Mei 2023; Published on-line: 03 Juli 2023)

---

**ABSTRAK:** Stunting merupakan gangguan pertumbuhan secara linier yang ditandai dengan ukuran tinggi badan yang tidak sesuai dengan umur. Salah satu faktor penyebab permasalahan stunting karena kurangnya pengetahuan gizi ibu karena akan mempengaruhi perilaku terhadap pola asuh dan pola pemberian makan pada anak. Desa Burai merupakan salah satu daerah di Ogan Ilir yang masuk ke dalam daerah lokus stunting. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pada ibu muda mengenai gizi seimbang serta pemanfaatan tanaman pangan dalam meningkatkan ekonomi keluarga. Adapun metode pelaksanaan kegiatan ini merupakan aplikasi dari perkuliahan Mata Kuliah Pangan Fungsional. Kegiatan dilaksanakan dengan beberapa metode yakni 1. Edukasi gizi seimbang, 2. Pengenalan cara bercocok tanam yang murah dan mudah, dan 3. Budidaya tanaman rumah sebagai alternatif pemasukan tambahan. Kegiatan dilaksanakan selama 4 bulan mulai Agustus sampai November 2022 di Desa Burai. Kegiatan diikuti oleh 4 orang dosen dan 10 mahasiswa semester 5. Sebanyak 30 orang ibu muda terlibat dalam kegiatan ini. Hasil dari kegiatan edukasi gizi menunjukkan peningkatan rata-rata total skor pretest ke posttest dari 56,43 menjadi 133,93. Pengetahuan responden semuanya mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi dan cara bercocok tanam hidroponik yang diajarkan diterapkan oleh responden di balai desa. Kesimpulan dari kegiatan ini masyarakat sangat antusias mengikuti kegiatan edukasi dan pelatihan hidroponik sehingga mampu memberikan sumbangsih kepada masyarakat dalam penyediaan makanan bergizi dan bahan pangan yang sehat bagi anak dan keluarga.

---

*Kata Kunci:* Gizi, Stunting, Pengetahuan, Ibu,

## 1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan secara linier yang ditandai dengan ukuran tinggi badan yang tidak sesuai dengan umur. Stunting dapat dilihat dari indikator skor-Z tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 standar deviasi (WHO, 2010). Stunting mengindikasikan kejadian gizi salah pada jangka yang panjang dan merupakan dampak akumulatif dari tidak adekuatnya konsumsi zat gizi, kondisi kesehatan yang buruk dan pola asuh yang tidak memadai [1] Berdasarkan data *Joint Child Malnutrition Estimates* sekitar 22,2% (150,8 juta) balita di dunia mengalami stunting di tahun 2017. Indonesia menempati

posisi ketiga dengan prevalensi stunting tertinggi di *South-East Asia Regional (SEAR)* dengan rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia tahun 2005 hingga 2017 adalah 36,4% [2].

Di Indonesia, data Riskesdas 2018 [3] menunjukkan terjadinya grafik penurunan angka stunting di dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Tahun 2013 proporsi stunting sebesar 37,2% dan di 2018 sebesar 30,8%. Menurut data PSG 2017, persentase stunting pada kelompok balita secara nasional sebesar 29,6%. Persentase stunting di Provinsi Sumatera Selatan pada kelompok balita sebesar 22,8% dengan beberapa kabupaten yang menjadi perhatian karena angka stunting yang tinggi diantaranya adalah Musi Rawas Utara (32,8%), Banyuasin (32,8%), Ogan Ilir (29,5%), Lahat (28,2%), Empat Lawang (27,7%), dan Ogan Komering Ilir (OKI) sebesar 22,6%. Persentase stunting mencerminkan efek kumulatif dari kekurangan gizi dan infeksi sejak dini bahkan sebelum kelahiran [3]. Penyebab Stunting bersifat kompleks dan multi faktor. Kondisi ekonomi, politik mendasari status sosial ekonomi, pendidikan dan lingkungan yang berpengaruh terhadap higiene sanitasi, kejadian infeksi dan asupan makan yang tidak adekuat [4].

Edukasi gizi adalah suatu proses yang berkesinambungan untuk meningkatkan pengetahuan terkait gizi, membentuk sikap dan perilaku hidup sehat melalui pola makan sehari-hari dan berbagai faktor yang mempengaruhi makanan, serta meningkatkan derajat kesehatan dan gizi seseorang [5]. Konsep gizi seimbang telah dinyatakan dalam Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) nomor 41 tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang yakni didefinisikan sebagai susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dengan memperhatikan beberapa hal yaitu keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, dan pemantauan berat badan secara teratur dengan tujuan untuk mempertahankan berat badan normal sebagai pencegahan dari masalah gizi[6].

Pengetahuan mengenai pedoman gizi seimbang, manfaat kesehatan dari tanaman pangan dapat dilakukan secara terintegrasi dengan praktik atau simulasi menanam langsung. Praktik dan simulasi membudidayakan tanaman pangan menjadi media alternatif dalam penyampaian informasi gizi agar informasi dapat diterima dan dicerna dengan mudah, media pendidikan gizi juga perlu didukung dengan media pendidikan yang sederhana dan sesuai dengan sasaran dari pendidikan yang dilakukan [7].

Salah satu daerah di Ogan Ilir yang masuk ke dalam daerah lokus stunting berdasarkan Keputusan Bupati Ogan Ilir No 234/KEP/BAPPEDA2021 tentang desa lokus percepatan penurunan stunting adalah Desa Burai. Desa Burai merupakan desa di wilayah Kabupaten Ogan Ilir Provinsi Sumatera Selatan. Desa Burai meraih juara II, Anugerah Pesona Indonesia (API) Award 2020 setelah Kampung Warna Warni Desa Burai masuk dalam tiga besar nominasi Ekowisata Terpopuler. Potensi desa yang sangat baik tentunya membutuhkan SDM yang berkualitas untuk mengelolanya dan akan lebih baik jika dikelola oleh masyarakat setempat.

Sebelumnya Desa Burai adalah sebuah desa yang sepi, terpencil dan kumuh. Dari segi geografis Desa Burai di kelilingi dengan hamparan sungai dan rawa, namun pemakaian air per orang per hari masih sangat kurang. Tingkat ekonomi Desa Burai Juga masih rendah karena sebagian besar masyarakat bekerja sebagai petani dan nelayan. Hal ini menjadi pertanyaan besar apakah potensi pertanian dan perikanan ini telah dimanfaatkan sebaik-baiknya oleh masyarakat setempat untuk memenuhi kebutuhan pangannya atau dimanfaatkan untuk masyarakat luar desa. Penting untuk kembali meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat bahwa potensi pangan lokal Desa Burai sangat baik untuk kemajuan masyarakat desa itu



sendiri. Salah satunya dengan menambah potensi wisata seperti budidaya tanaman pangan di rumah untuk meningkatkan ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga. Pemanfaatan program dengan memanfaatkan metode hidroponik yang memanfaatkan air sebagai media yang diperkaya dengan berbagai nutrisi. Program ini ditujukan untuk menjamin bahwa masyarakat tercukupi asupan gizinya sehingga meningkatkan kualitas SDM masyarakat di desa yang kedepan akan mengelola potensi desanya sendiri.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

### **2.1. Khalayak sasaran**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan dilakukan di Desa Burai Kecamatan Tanjung Batu Kabupaten Ogan Ilir yang merupakan salah satu desa binaan Universitas Sriwijaya. Kegiatan dilakukan selama 4 bulan mulai Agustus sampai November 2022. Sasaran umum dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ibu rumah tangga yang memiliki balita di Desa Burai sebanyak 28 orang.

### **2.2 Keterlibatan Mahasiwa**

Kegiatan ini merupakan aplikasi dari perkuliahan Mata Kuliah Pangan Fungsional. Adapun mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan ini berjumlah 10 orang yang membantu dalam perancangan media edukasi gizi dan monitoring penanaman hidroponik.

### **2.3 Kerangka Pemecahan Masalah dan Metode pelaksanaan**

Untuk mencapai tujuan kegiatan, maka dilakukan beberapa metode, yaitu:

#### **1. Edukasi gizi seimbang**

Kegiatan pertama dalam pengabdian ini adalah edukasi gizi berupa pengenalan konsep gizi seimbang. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat sasaran, terkait dengan konsep gizi seimbang sehingga nantinya termotivasi untuk menerapkan konsep gizi seimbang dalam rumah tangga dan dapat mewujudkan status gizi yang baik terutama pada balita di rumah tangga. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan soal pre test dan post test mengenai kegiatan edukasi gizi seimbang.

#### **2. Pengenalan cara bercocok tanam yang murah dan mudah**

Dalam kegiatan ini, juga akan dikenalkan cara bercocok tanam yang murah dan mudah kepada masyarakat sasaran. Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat terinspirasi dan terdorong untuk memanfaatkan lahan atau media yang ada untuk ditanami tanaman yang bisa juga menjadi sumber pangan keluarga. Kegiatan ini diperuntukkan agar masyarakat terdorong untuk melakukan budidaya tanaman sebagai alternatif pemasukan tambahan keluarga. Ketersediaan pangan dalam keluarga seringkali berhubungan erat dengan pendapatan keluarga. Dengan kegiatan budidaya tanaman diharapkan masyarakat nantinya bisa menerapkan ilmu yang ada untuk secara mandiri dan berkesinambungan melakukan kegiatan budidaya tanaman sebagai sumber

pemasukan keluarga. Evaluasi dari kegiatan ini berupa monitoring keberhasilan tanaman hidropnik tumbuh dan dimanfaatkan oleh masyarakat.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1 Penyuluhan Makanan Sehat untuk Mencegah Stunting

Kegiatan dilaksanakan di gedung pertemuan tempat dilaksanakannya posyandu bulanan di Desa Burai. Kegiatan diikuti oleh 28 orang ibu balita. Rangkaian kegiatan dimulai dengan pembukaan, pemberian kuesioner *pre-test* dan dilanjutkan dengan penyampaian materi melalui metode ceramah dan diskusi serta praktek menentukan pemilihan makanan yang sehat untuk anak. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan pemberian kuesioner *post-test* dan diakhiri dengan sesi dokumentasi. Secara umum, pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini mendapatkan respon yang positif dari ibu-ibu balita dan kader yang hadir. Selama kegiatan peserta mendengarkan dengan seksama dan serius. Adapun isi materi yang disampaikan dalam edukasi ini antara lain: peran gizi untuk anak, prinsip pemberian makanan bayi dan anak, pedoman pemberian makanan pada bayi dan anak, dan pedoman menyusun menu makanan pada anak.



Gambar 1. Sesi penyampaian materi dan diskusi edukasi gizi

Pengukuran terhadap pengetahuan responden dilakukan untuk mengetahui dampak penyuluhan terhadap pengetahuan ibu-ibu balita dari sebelum diberi penyuluhan dengan sesudah penyuluhan. Hasil ini juga menggambarkan bagaimana materi yang disampaikan dipahami sasaran. Pengukuran pengetahuan responden menggunakan kuesioner dengan 15 pertanyaan terkait materi edukasi yang diberikan.

Tabel 1. Rata-rata total skor sebelum dan setelah dilakukan intervensi

	N	Minimal	Maksimal	Rata-rata	Standar Deviasi
<b>Total Skor</b> <i>Pre-test</i>	28	40	80	56,43	12,237
<b>Total Skor</b> <i>Post-test</i>	28	110	150	133,93	11,655



Pada tabel diketahui rata-rata total skor pretest adalah 56,43 dengan standar deviasi 12,237 dan rata-rata total skor posttest adalah 133,93 dengan standar deviasi 11,655. Terlihat perbedaan rata-rata yang sangat jauh total skor pengetahuan sebelum dan setelah edukasi. Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan dapat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan. Pengetahuan gizi yang baik bagi ibu sangat penting untuk dapat mengetahui kebutuhan gizi dan pengaturan pola makan bagi anak nya dalam mencegah stunting [8].

Tabel 2. Uji Wilcoxon

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
<b>Total skor posttest – Total skor pretest</b>	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	0,00	0,00
	Positive Ranks	28 <sup>b</sup>	14,50	406,00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	28		

Tabel menunjukkan bahwa tidak ada total skor posttest yang menurun. Pengetahuan responden semuanya mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan gizi. Pengetahuan ibu yang meningkat diharapkan dapat menjadi bekal untuk ibu dalam menerapkan perilaku pemberian makan yang baik bagi anaknya sehingga anak mendapat asupan makan sesuai prinsip gizi [9].

Tabel 3. Hasil uji perbedaan

	Total skorpostest - Total skorpretest
Z	-4,653 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000

Hasil uji ini juga menunjukkan p value = 0,000 ( $< \alpha$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan total skor pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan edukasi. Peserta mampu menjawab minimal 70% pertanyaan terkait materi telah tercapai. Penyuluhan gizi merupakan metode yang cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu dalam memahami kebutuhan gizi dan pola makan bagi anaknya [10].

### 3.2 Pelatihan Menanam dengan Metode Hidroponik

Kegiatan ini dilaksanakan pada seminggu setelah penyuluhan gizi bertempat di gedung pertemuan Balai Desa Burai. Kegiatan ini didasarkan pada analisis masalah bahwa ibu-ibu kesulitan mendapatkan sayur karena di pasar Burai bahan pangan yang tersedia dijual dengan harga yang mahal. Hal ini disebabkan karena wilayah Desa Burai berada jauh dari wilayah sumber penghasil bahan pangan seperti produk-produk pertanian, dan juga jauh dari pasar Induk. Masyarakat juga kesulitan untuk melakukan budidaya pertanian karena tanah di wilayah



Desa Burai merupakan tanah rawa sehingga tidak cocok untuk pertanian. Pada akhirnya masyarakat memilih makan-makanan pokok dan protein saja yang dianggap sudah cukup untuk memenuhi kebutuhan harian. Padahal kebutuhan gizi individu tidak hanya zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) saja namun juga memerlukan zat gizi mikro dari sayuran dan buah buahan, sehingga metode hidroponik merupakan model pertanian yang cocok untuk diterapkan di daerah dengan lahan sempit [11].

Materi pada kegiatan ini berupa bercocok tanam dengan metode hidroponik untuk memanfaatkan pekarangan rumah yang terbatas. Pada kegiatan ini juga dilakukan praktek langsung penanaman secara hidroponik. Masyarakat juga dibekali seperangkat alat bertanam hidroponik yang akan dikelola bersama di balai desa dibawah tanggung jawab bidan desa.



Gambar 2. Penyampaian materi dan Pelatihan dasar menanam dengan hidroponik



Gambar 3. Penyerahan bahan dan alat hidroponik

Masyarakat yang telah diberikan alat dan bahan paket hidroponik, dimonitoring kurang lebih 1 bulan pasca tanam, sesuai dengan rata-rata usia panen tanaman. Masyarakat cukup mampu menjalankan kegiatan bercocok tanam dengan metode hidroponik dan bertanggung jawab terhadap tanamannya sehingga menghasilkan tanaman yang tumbuh dengan baik sesuai dengan yang diharapkan. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan dan penyediaan alat dan bahan media tanam hidroponik mampu memberikan sumbangsih kepada masyarakat dalam penyediaan bahan pangan yang sehat bagi anak dan keluarga.



Gambar 4. Monitoring tanaman hidroponik oleh mahasiswa

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi gizi dan makanan sehat pada anak diikuti oleh 28 ibu balita. Terdapat perbedaan bermakna skor pengetahuan responden sebelum dan setelah dilakukan edukasi. Edukasi yang dilakukan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan ibu terkait gizi dan makanan sehat pada anak. Masyarakat sangat antusias mengikuti kegiatan pelatihan hidroponik. Tanaman hidroponik yang diberikan kepada warga telah tumbuh subur dan telah beberapa kali dipanen warga. Pelatihan dan penyediaan alat dan bahan media tanam hidroponik mampu memberikan sumbangsih kepada masyarakat dalam penyediaan bahan pangan yang sehat bagi anak dan keluarga.

Masyarakat bisa terus melanjutkan kegiatan bercocok tanam metode hidroponik ini dengan alat yang sederhana murah dan mudah didapatkan seperti baskom, atau bak-bak penampungan air dari plastik dan botol-botol plastik bekas. Perangkat Desa perlu mendorong kegiatan seperti bercocok tanam dengan metode hidroponik ini dengan serius karena hasil panennya mampu dikomersilkan dan jika keberadaannya di tingkatkan secara kualitas dan kuantitas mampu meningkatkan daya tarik wisata sehingga kembali meningkatkan taraf perekonomian masyarakat.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aridiyah FO, Rohmawati N, Ririanty M. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan* 2015;3:163–70.
- [2] Riskesdas. Laporan Provinsi Sumatera Selatan. Lemb Penerbit Badan Penelit Dan Pengemb Kesehat 2019;19:1–7.
- [3] Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan\_Nasional\_RKD2018\_FINAL.pdf. Badan Penelit Dan Pengemb Kesehat 2018:198.
- [4] Istiany DADR. Gizi terapan. 1st ed. Bandung: PT Remaja Rosdakarys; 2013.
- [5] Jalal F. Pengaruh Gizi Dan Stimulasi Psikososial Terhadap Pembentukan Kecerdasan Anak Usia Dini : Agenda Pelayanan Tumbuh Kembang Anak Holistik-Integratif. Padang: universitas Andalass; 2009.



- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) nomor 41 tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. 2014.
- [7] Kumboyono K. Analisis Faktor Penghambat Motivasi Berhenti Merokok Berdasarkan Health Belief Model Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang. *Soedirman J Nurs* 2011;6:1–8. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2011.6.1.318>.
- [8] Yuhansyah M. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi Pada Anak Balita di Upt Puskesmas Remaja Kota Samarinda. *Borneo Nursing J* 2019;1:76–82.
- [9] Saaka M. Relationship between mothers' nutritional knowledge in childcare practices and the growth of children living in impoverished rural communities. *J Heal Popul Nutr* 2014;32:237–48.
- [10] Sari SA, Widardo W, Cahyanto EB. Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Balita Di Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi. *PLACENTUM J Ilm Kesehat Dan Apl* 2019;7:1. <https://doi.org/10.20961/placentum.v7i1.25684>.
- [11] Roidah IS. Pemanfaatan Lahan Dengan Menggunakan Sistem Hidroponik 2014;1:43–50.