



PENYULUHAN DAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BAGI ANAK YANG MENDERITA STUNTING DI DUSUN LAMBALENA DESA RENGGARASI KECAMATAN TANAWAWO KABUPATEN SIKKA

Maria Sofia Anita Aga¹, Gabriel Mane², Marianus Oktavianus Wega³, Maria Silvana Titu⁴
Akademi Keperawatan St. Elisabeth Lela



* Maria Sofia Anita Aga

Email : Sofiaaga1320@gmail.com

HP: 082221468586

Kata Kunci:

Edukasi;
Makanan Tambahan;
Stunting ;

Keywords:

Education;
Dietary Supplements;
Stunting;

ABSTRAK

Penyebab utama stunting adalah kekurangan gizi kronis sejak bayi dalam kandungan hingga periode awal kehidupan anak (1000 hari setelah lahir) Stunting patut mendapat perhatian lebih karena dapat berdampak bagi kehidupan anak sampai tumbuh besar. Beberapa faktor yang mengakibatkan kekurangan gizi kronis, Stunting dapat memberikan dampak buruk pada anak, baik dalam bentuk jangka pendek maupun jangka panjang Dampak jangka pendek stunting adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pada pertumbuhan fisiknya, serta gangguan metabolisme. Sedangkan, dampak jangka panjang stunting yang tidak segera ditangani adalah penurunan kemampuan kognitif otak, kekebalan tubuh melemah sehingga mudah sakit, dan memiliki risiko tinggi terkena penyakit metabolik, seperti kegemukan, penyakit jantung, dan penyakit pembuluh darah. Tujuan : memberikan pengetahuan kepada masyarakat bahwa memberikan makanan tambahan bagi anak-anak stunting mempunyai manfaat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak-anak di Dusun Lambalena, Desa Renggarasi. Metode : metode yang digunakan melalui survey mawas diri dan observasi langsung serta proses persiapan *planning of action*. Hasil : penyuluhan tentang stunting dan pemberian makan tambahan sebanyak 2 kali pada tanggal, 01 diposyandu lambalena dan tanggal 04 mey 2024 di posyandu detuoja , makanan yang diberikan berupa bubur kacang hijau, dan bolu kukus. Bayi balita stunting yang hadir di posyandu lambalena sebanyak 2 orang anak yang mendapatkan makanan tambahan, dan posyandu detuoja sebanyak 4 orang anak stunting yang mendapatkan makan tambahan. Kesimpulan : Berdasarkan hasil kegiatan KKN/PKM 25 April -15 Mei tepatnya di Dusun Lambalena terdapat 6 anak yang stunting, berdasarkan hasil survei mawas diri yang dilakukan Faktor penyebabnya adalah yaitu pola asuh



orang tua (80%), jarak fasilitas kesehatan yang jauh (80%) , kebiasaan jajan sembarang. (60%). Saran : Diharapkan keluarga mampu memahami stunting dan lebih memperhatikan pola makan anak, dan pola asuh.

ABSTRACT

The main cause of stunting is chronic malnutrition from the baby in the womb to the early period of a child's life (1000 days after birth) Stunting deserves more attention because it can have an impact on a child's life until they grow up. Several factors that result in chronic malnutrition, Stunting can have a bad impact on children, both in the short and long term The short-term impact of stunting is disruption of brain development, intelligence, disorders in physical growth, and metabolic disorders. Meanwhile, the long-term impact of stunting that is not immediately addressed is a decrease in the brain's cognitive ability, weakened immunity so that it gets sick easily, and has a high risk of developing metabolic diseases, such as obesity, heart disease, and vascular disease. Objective: to provide knowledge to the community that providing additional food for stunted children has important benefits in the growth and development of children in Lambalena Hamlet, Renggarasi Village. Method: a method used through self-observation surveys and direct observation as well as the planning of action preparation process. Results: counseling on stunting and additional feeding 2 times on the date, 01 at the Posyandu Lamalena and on May 4, 2024 at the Detuoja Posyandu, the food provided was in the form of hijo bean porridge, and steamed sponge. Stunted toddler babies who attended the Posyandu Lamalena as many as 2 children who received additional food, and Posyandu Detuoja as many as 4 stunted children who received additional food. Conclusion: Based on the results of KKN/PKM activities from April 25 to May 15, precisely in Lambalena Hamlet, there are 6 children who are stunted, based on the results of a self-awareness survey conducted The causative factors are parental parenting (80%), the distance of health facilities (80%), the habit of snacking arbitrarily. (60%). Suggestion: It is hoped that families will be able to understand stunting and pay more attention to children's diets, and parenting styles.

PENDAHULUAN

Tingginya proporsi angka kesakitan dan disabilitas pada kelompok umur ini mengakibatkan kenaikan penduduk lansia berimplikasi pada meningkatnya kebutuhan pelayanan kesehatan primer, sekunder dan tersier, kebutuhan pelayanan home care dan fasilitas perawatan rehabilitatif. Berdasarkan laporan angka kesakitan,

yang merupakan indikator status kesehatan, mencapai 26,2% pada lansia Indonesia (yang berarti: satu dari empat lansia Indonesia mengalami sakit), dengan persentase yang semakin meningkat seiring dengan bertambahnya umur lansia. Proses penuaan penduduk tentunya berdampak pada berbagai aspek kehidupan, baik sosial, ekonomi, dan terutama kesehatan. Fungsi organ tubuh akan semakin menurun baik karena faktor alamiah maupun karena penyakit karena dengan semakin bertambahnya usia. Lansia merupakan proses dengan bertambahnya usia individu yang ditandai dengan penurunan fungsi kognitif (Dewi et al., 2021).

Dengan banyaknya perubahan yang terjadi pada lansia banyak pula masalah yang dihadapi, baik masalah fisik maupun psikologis. Contoh masalah fisik yang sering dialami adalah berkurangnya daya pikir, penglihatan, pendengaran, kemampuan beraktifitas dan berkomunikasi. Sedangkan masalah psikologis diantaranya kesepian, gangguan keseimbangan hingga pikun (Febria; 2021). Salah satu upaya untuk mempertahankan kesehatan pada lansia itu sendiri dari pola hidup yang sehat salah satunya dengan olahraga yang bisa dilakukan oleh siapa saja terutama pada lansia juga bisa melakukannya. Senam lansia adalah salah satu aktivitas olahraga yang bisa dilakukan pada usia lanjut, melakukan kegiatan olahraga ini sangat dapat membantu tubuh usia lanjut untuk menjaga kebugaran tubuh karena dapat membantu untuk menghilangkan radikal bebas yang berada di dalam tubuh (Handayani et al., 2020).

Senam lansia merupakan serangkaian mobilitas nada yang teratur dan terarah serta terpola yang diikuti orang lanjut usia yang dilakukan menggunakan maksud menaikkan kemampuan fungsional raga buat mencapai tujuan tersebut. Selain aktivitas senam lansia, latihan nafas dalam juga bisa dilakukan untuk menjaga kesehatan lansia. Tujuan primer pengaturan pernafasan merupakan buat menyuplai kebutuhan oksigen yang relatif buat memenuhi kebutuhan tubuh, contohnya waktu latihan fisik, infeksi, atau masa kehamilan. Pengaturan pernafasan menaikkan pengeluaran karbon dioksida, output proses metabolisme tubuh Pernafasan yang pelan, dalam serta teratur bisa menaikkan kegiatan parasimpatis. Peningkatan kegiatan parasimpatis bisa menurunkan curah jantung dan resistensi perifer total, yang nantinya juga mampu menurunkan tekanan darah (Rosmaharani & Noviana, 2022).

Menurut WHO, lansia merupakan seseorang yang sudah memasuki usia 60 tahun ke atas. BPS mengelompokkan lansia menjadi tiga kelompok umur yaitu muda (kelompok umur 60-69 tahun), lansia madya (kelompok umur 70-79), dan lansia tua (kelompok umur 80 tahun ke atas). Lansia di NTT adalah sebanyak 530.928 orang, dengan data lansia di wilayah Kabupaten Sikka sebanyak 39.016 orang (Badan Pusat Statistik Prov. NTT, 2023).

Menua adalah sebuah gejala yang akan dihadapi oleh semua manusia. Menurut United Nations, per tahun 2005 sampai tahun 2025 penduduk lanjut usia (lansia) di dunia diperkirakan meningkat sampai 77,37%, sedangkan usia produktif hanya 20,95%. Peningkatan pertumbuhan lansia tahun 2019-2024 dikategorikan sebagai *Aging Society* dengan jumlah $\geq 7\%$ dari total penduduk kemudian pada tahun 2045 memasuki kategori *Super Aged Society* dengan jumlah $\geq 21\%$ dari total penduduk (Kemenkes RI, 2020).

Data dari Posyandu Lansia di Desa Renggarasi yang terdaftar adalah sebanyak 246 orang yang tersebar dalam tiga dusun yakni dusun Lambalena sebanyak 92 orang, dusun Wolofeo sebanyak 92 orang dan dusun Faipanda

sebanyak 62 orang. Selain itu diketahui jumlah kader dimasing-masing dusun sebanyak 5 orang. Berdasarkan Hasil Mini Loka Karya Oleh Puskesmas Wolofeo didapatkan data partisipasi lansia mengikuti kegiatan posyandu lansia adalah sebanyak 69 orang yakni dari dusun Lambalena sebanyak 15 orang, dusun Wolofeo sebanyak 35 orang dan dusun Faepanda sebanyak 19 orang dari total lansia.

Data penderita hipertensi dan diabetes melitus yang terekam di Puskesmas Wolofeo sebanyak 41 jiwa, yang terkontrol sebanyak 13 jiwa dari total keseluruhan penderita Hipertensi. Selain hipertensi tentu masih banyak lagi masalah kesehatan yang bisa terjadi oleh karena itu peran petugas kesehatan sangat diperlukan dalam mencegah dan mengatasi permasalahan yang ada.

Peran petugas kesehatan yakni memberikan latihan/exercise serta edukasi senam lansia dan manfaatnya yang merupakan suatu proses pendidikan dan pelatihan dan ketrampilan yang dapat menunjang perubahan perilaku bahkan peningkatan kualitas hidup lansia yang diperlukan untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal, penyesuaian psikologis dan kualitas hidup yang lebih baik secara berkelanjutan (Rospia et al., 2022)

Kesadaran lansia akan pentingnya kesehatan akan mempengaruhi kualitas hidup lansia. Kualitas hidup secara umum oleh World Health Organization dibagi menjadi 4 bidang yaitu: kesehatan fisik, kesehatan psikologik, hubungan sosial, dan lingkungan. Dengan melakukan olahraga seperti senam lansia dapat memperbaiki tenaga cadangan dalam fungsinya terhadap bertambahnya tuntutan, misalnya sakit karena terjadi penurunan masa otot serta kekuatannya, laju denyut jantung maksimal, toleransi latihan, kapasitas aerobik dan terjadinya peningkatan lemak tubuh. Bahkan dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa latihan atau olahraga seperti senam lansia dapat mengeliminasi berbagai risiko penyakit seperti hipertensi, diabetes melitus, dan penyakit arteri koroner (Akbar et al., 2021) (Sualang & Waas, 2023).

Oleh karena itu, dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tidak menutup kemungkinan pula dapat menjadi contoh yang baik bagi pihak-pihak lain, karena masalah kesehatan yang global merupakan tanggung jawab semua pihak bukan hanya tanggung jawab dari sebagian maupun pihak tertentu.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan melalui survey pendahuluan yakni Survey Mawas Diri (SMD) dan observasi langsung serta proses persiapan *planning of action*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan	Hasil	Faktor Pendukung	Faktor Penghambat
erian Makanan Tambahan (PMT)	Sebanyak 17 orang tua di wilayah posyandu Lambalena dan 24 orang tua di Posyandu Detuoja yang mengikuti kegiatan	kader, Nakes puskesmas, Aparat Desa, dan pembimbing akademik mendukung dan berpartisipasi aktif	Jarak ke fasilitas kesehatan yang lumayan jauh Sebagian masyarakat sibuk bekerja di kebun

	<p>penyuluhan dapat memahami penyebab dan cara pencegahan stunting</p> 	<p>Masyarakat antusias dan terlibat aktif dalam kegiatan penyuluhan dan pemberian makanan tambaha</p>	<p>Sinyal yang kurang bagus untuk berkomunikasi</p>
<p>erian Makanan Tambahan (PMT)</p>	<p>- Sebanyak 9 balita stunting di posyandu Lambalena dan Detuoja mendapat makanan tambahan</p> 	<p>kader, Nakes puskesmas, Aparat Desa, dan pembimbing akademik mendukung dan berpartisipasi aktif Masyarakat antusias dan terlibat aktif dalam kegiatan penyuluhan dan pemberian makanan tambahan.</p>	<p>Jarak ke fasilitas kesehatan yang lumayan jauh Sebagian masyarakat sibuk bekerja di kebun Sinyal yang kurang bagus untuk berkomunikasi</p>

KESIMPULAN DAN SARAN

Stunting merupakan suatu kondisi dimana terjadi gagal tumbuh pada anak balita (bawah lima tahun) disebabkan oleh kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Berdasarkan hasil kegiatan KKN/PKM oleh mahasiswa Akper Lela 25 April -15 Mei tepatnya di dusun Lambalena terdapat 6 anak yang stunting, berdasarkan hasil survei mawas diri yang dilakukan Faktor penyebabnya adalah yaitu pola asuh orang tua (80%), jarak fasilitas kesehatan yang jauh (80%), kebiasaan jajan sembarang. (60%). Dari hasil survey tersebut mahasiswi-mahasiswi menyusun rencana (intervensi) untuk dilakukan tindakan bersama masyarakat, dan disepakati untuk dilakukan tindakan penyuluhan tentang stunting dan pemberian makan tambahan sebanyak 2 kali pada tanggal, 01 di posyandu lambalena dan tanggal 04 mey 2024 di posyandu detuoja, makanan yang diberikan berupa bubur kacang hijau, dan bolu kukus. Bayi balita stunting yang hadir di posyandu lambalena sebanyak 2 orang anak yang mendapatkan makanan tambahan, dan posyandu detuoja sebanyak 4 orang anak stunting yang mendapatkan makan tambahan.



Diharapkan keluarga mampu memahami stunting dan lebih memperhatikan pola makan anak, dan pola asuh. Bagi tenaga Kesehatan agar memberikan pelayanan kesehatan yang tepat dan memadai dan Membantu masyarakat untuk mengubah pola hidup yang sehat

DAFTAR PUSTAKA

- Gladis,A. Fikawati S. Analisis Faktor-Faktor Risiko mTerhadap Kejadian Stunting Pada Balita (0-59 bilan) di Negara Berkembang dan Asia Tenggara, Media Litbang Kesehatan. Kemenkes RI,(2018). Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Jakarta . Kementrian Kesehatan
- QAWWAM: *Journal For Gender Mainstreaming* Issn: 2086-3357 (p); 2540-9182 Vol. 14, No. 1 (2020),hal.19-28,doi:10.20414/Qawwam.v14i1.2372
<http://journal.uinmataram.ac.id/indeks.php/qawwam>
- Riset Kesehatan Dasar,(2018). *Kementrian Kesehatan Badan Peneliti Dan Pengembangan Kesehatan*.