



INTERVENSI PUSHING (PROGRAM DAPUR SEHAT CEGAH STUNTING) ANAK USIA SEKOLAH SEBAGAI BENTUK AKTIVASI KEGIATAN UKS DENGAN PEMANFAATAN PUDDING TEMULAWAK

Velga Yazia*, Ulfa Suryani, Ulfy Marsyah, Indah Suryani, Althorik Maeza

Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Mercubaktijaya, Jalan Jamal Pondok Kopi, Siteba, Padang 25000, Indonesia

*eghayazia@gmail.com

ABSTRAK

Stunting tidak hanya terjadi di Indonesia, tetapi juga di berbagai negara. Indonesia berada pada urutan ke-10 di wilayah Asia Tenggara. Dampak stunting bukan hanya urusan tinggi badan, tetapi yang paling berbahaya adalah rendahnya kemampuan anak untuk belajar serta munculnya penyakit-penyakit kronis yang gampang masuk ke tubuh anak. Peraturan Presiden Nomor 72 tahun 2021 menargetkan untuk tahun 2024 angka prevalensi stunting di Indonesia berada dibawah 14%. Artinya Provinsi Sumatera Barat harus juga berada pada angka tersebut. Pada tahun 2023 ini, berdasarkan data hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, angka prevalensi stunting Provinsi Sumatera Barat berada pada angka 25,2%. Sekolah Dasar Negeri 19 Pulai berlokasi di Kecamatan Koto Tengah dan merupakan masuk dalam wilayah kerja Puskesmas IKur Koto. Berdasarkan sebaran anak stunting di 11 Kecamatan, Kecamatan Koto Tengah merupakan kecamatan tertinggi dengan angka stunting dibandingkan kecamatan lainnya yaitu 565 anak stunting, prevalensi stunting tertinggi diduduki oleh wilayah Kerja Puskesmas Ikur Koto sebesar 16%. Di Puskesmas Ikur Koto, faktor yang menjadi penyebab stunting adalah faktor ekonomi, Pendidikan dan pengetahuan. Berdasarkan pengamatan dan wawancara dengan pihak Puskesmas dan Orangtua dimana dari 10 anak, didapatkan 4 anak mengalami stunting yang salah satunya adalah siswa SDN 19 Pulai dan 6 anak lainnya memiliki tinggi badan normal. Dari hasil wawancara dengan orangtua siswa didapatkan 6 dari 10 ibu sudah memberikan makanan selain ASI kepada anaknya sebelum berusia diatas 6 bulan. Kemudian 6 dari 10 orangtua juga masih memiliki pengetahuan gizi yang kurang. Kurangnya pengetahuan tentang gizi berakibat pada status gizi ibu dan anak. Di SDN 19 Pulai, edukasi pernah diberikan namun tidak begitu banyak informasi yang didapatkan oleh orangtua sehingga pengetahuan orangtua mengenai gizi belum cukup. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai pencegahan masalah stunting/gizi kronis di SDN 19 Pulai. Untuk mengatasi permasalahan mahasiswa dalam pencegahan masalah stunting/gizi kronis di SDN 19 Pulai dengan menggunakan metode ceramah, sosialisasi dan pendampingan siswa, yang dilaksanakan pada Kamis, 28 November 2024. Pada mitra sasaran dapat berjalan dengan optimal, komitmen siswa untuk bekerja sama dalam upaya peningkatan kesehatan sekolah, peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa tentang pemenuhan gizi seimbang, peningkatan derajat kesehatan siswa dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga yaitu temulawak.

Kata kunci: anak usia sekolah; stunting; tanaman temulawak

PUSHING INTERVENTION (HEALTHY KITCHEN PROGRAM TO PREVENT STUNTING) FOR SCHOOL AGE CHILDREN AS A FORM OF UKS ACTIVATION BY UTILIZING CUCUMULAWAK PUDDING

ABSTRACT

Stunting does not only occur in Indonesia, but also in various countries. Indonesia is ranked 10th in the Southeast Asia region. The impact of stunting is not only a matter of height, but the most dangerous is the low ability of children to learn and the emergence of chronic diseases that can easily enter the child's body. Presidential Regulation Number 72 of 2021 targets that by 2024 the prevalence rate of stunting in Indonesia will

be below 14%. This means that West Sumatra Province must also be at that number. In 2023, based on data from the results of the 2022 Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI), the prevalence rate of stunting in West Sumatra Province is 25.2%. State Elementary School 19 Pulau is located in Koto Tengah District and is included in the working area of the IKur Koto Health Center. Based on the distribution of stunted children in 11 Districts, Koto Tengah District is the highest district with stunting rates compared to other districts, namely 565 stunted children, the highest prevalence of stunting is occupied by the IKur Koto Health Center Working area of 16%. At the IKur Koto Health Center, the factors that cause stunting are economic factors, education and knowledge. Based on observations and interviews with the Health Center and Parents, out of 10 children, 4 children experienced stunting, one of whom was a student at SDN 19 Pulau and the other 6 children had normal height. From the results of interviews with parents of students, it was found that 6 out of 10 mothers had given food other than breast milk to their children before they were over 6 months old. Then 6 out of 10 parents also still have inadequate nutritional knowledge. Lack of knowledge about nutrition has an impact on the nutritional status of mothers and children. At SDN 19 Pulau, education has been provided but not much information is obtained by parents so that parents' knowledge about nutrition is not enough. This community service aims to provide education regarding the prevention of stunting/chronic nutrition problems at SDN 19 Pulau. To overcome student problems in preventing stunting/chronic nutrition problems at SDN 19 Pulau by using lecture methods, socialization and student mentoring, which was carried out on Thursday, November 28, 2024. Partners can run optimally, student commitment to work together in efforts to improve school health, increase student knowledge and skills about fulfilling balanced nutrition, increase student health levels by utilizing family medicinal plants, namely temulawak.

Keywords: school age children; stunting; temulawak plants

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi yang pada umumnya terjadi pada anak yang disebabkan karena kekurangan gizi kronis sehingga anak terlihat pendek pada usianya (Nur & Annisa, 2022). Salah satu sumber masalah stunting adalah gizi buruk pada ibu dan anak. Kurangnya asupan gizi pada ibu sejak sebelum hamil, selama kehamilan dan pada 1.000 hari pertama kehidupan anak dapat menghambat pertumbuhan mereka. Berdasarkan standar WHO terkait prevalensi stunting harus diangka kurang dari 20%. Di Indonesia tahun 2022 prevalensi stunting adalah 24,4 %, artinya angka ini masih berada diatas angka target WHO yaitu dibawah 20%.

Stunting merupakan masalah kesehatan yang menjadi perhatian karena merupakan permasalahan nasional yang masih belum dapat terselesaikan. Berbagai program pemerintah disiapkan untuk dapat terus menurunkan angka kejadian stunting. Arahan Presiden Republik Indonesia terhadap percepatan penurunan Stunting di Indonesia telah tertuang dalam peraturan Presiden Nomor 72 tahun 2021 tentang percepatan Penurunan Stunting. Hal ini menjadi focus utama Presiden, karena semakin banyak kasus stunting yang terjadi di Indonesia. Presiden menargetkan untuk tahun 2024 angka prevalensi stunting di Indonesia berada dibawah 14%. Artinya Provinsi Sumatera Barat harus juga berada pada angka tersebut. Pada tahun 2023 ini, berdasarkan data hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, angka prevalensi stunting Provinsi Stunting Provinsi Sumatera Barat berada pada angka 25,2%. Artinya perlu disusun strategi percepatan menuju angka 14% di tahun 2024. Untuk mencapai hal ini, tentu diperlukan kerja keras semua pihak terutama dimulai dari lingkungan terdekat anak yaitu orangtua dan keluarga.

Kementerian kesehatan melakukan intervensi spesifik melalui 2 cara utama yakni intervensi gizi pada ibu sebelum dan saat hamil, serta intervensi pada anak. Stunting bukan hanya urusan tinggi badan tetapi yang paling berbahaya adalah rendahnya kemampuan anak untuk belajar, keterbelakangan mental dan ketiga munculnya penyakit-penyakit kronis. Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Padang mencatat hingga September 2023 jumlah anak terindikasi stunting di kota Padang mencapai 1.268

orang dari 55.800 anak. Berdasarkan hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 Kota Padang berada diangka 19,5 % dengan kejadian stunting, angka ini mengalami kenaikan dari pada tahun 2021 diangka 18,9%. Pada tahun 2021 Kepala Dinkes Kota Padang mengatakan resiko stunting ini disebabkan karena nutrisi dan gizi sang anak tidak tercukupi semenjak anak dalam kandungan, sehingga rentan terkena stunting. Berdasarkan sebaran anak stunting di 11 Kecamatan, Kecamatan Koto Tengah merupakan kecamatan tertinggi dengan angka stunting dibandingkan kecamatan lainnya yaitu 565 anak stunting, dengan sebaran Bungus 43 anak, Kuranji 114 anak, Lubuk Begalung 109 anak, lubuk Kilangan 114 anak, Nanggalo 44 anak, Padang Barat 60 anak, Padang Selatan 131 anak, Padang Timur 134 anak, Padang Utara 63, dan Pauh 192 anak stunting. Berdasarkan laporan tahunan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2022 edisi tahun 2023, prevalensi stunting tertinggi diduduki oleh wilayah Kerja Puskesmas Ikur Koto sebesar 16%, diurutan kedua diduduki oleh puskesmas Anak Air sebesar 15,5%, dan diurutan ketiga diduduki oleh Puskesmas Seberang Padang dengan prevalensi sebesar 15,3%.

Puskesmas Ikur Koto merupakan Puskesmas yang terletak di Jalan Raya By Pass Km 17 Kecamatan Koto Tengah. Puskesmas Ikur Koto berdiri pada tahun 2011 dan beroperasi pada bulan Februari 2012 dengan wilayah kerja Kelurahan Koto Panjang Iku Koto dan Kelurahan Koto Pulai. Dalam menjalankan peran dan fungsinya sebagai Puskesmas Induk, Puskesmas Koto Panjang Ikur Koto mempunyai 1 (satu) Puskesmas Pembantu yaitu : Pustu Pulai dan memiliki 1 (satu) Poskeskel Koto Panjang Iku Koto. Puskesmas Ikur Koto terletak di Kecamatan Koto Tengah dengan Luas wilayah kerja ± 13,71 Km², dengan topografi berupa daratan dan perbukitan yang merupakan daerah pertanian dan perkebunan. Jumlah penduduk di wilayah kerja Puskesmas Ikur Koto tahun 2022 adalah 15.565 jiwa. Jumlah Kepala Keluarga (KK) di wilayah kerja Puskesmas Ikur Koto tahun 2022 adalah 3.582 KK. salah satu dari 22 Puskesmas yang ada di Kota Padang yang berada di Kecamatan Koto Tengah Kota Padang. Berdasarkan profil Puskesmas Ikur Koto, Puskesmas mulai beroperasi pada tahun 2012. Jumlah kunjungan pasien rawat jalan di Puskesmas Ikur Koto pada tahun 2022 sebanyak 31.851.

SD Negeri 19 Pulai adalah sekolah negeri dengan jenjang SD yang beralamat di jalan koto pulai Kecamatan Koto Tengah Padang provinsi Sumatera Barat. SDN 19 Pulai juga merupakan bagian dari wilayah kerja Puskesmas Ikur Koto. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan tim pengabdian dengan mitra, faktor yang menjadi penyebab stunting di daerah tersebut adalah faktor ekonomi, Pendidikan dan pengetahuan. Dimana dari 10 anak, didapatkan 4 anak mengalami stunting dan 6 anak lainnya memiliki tinggi badan normal. Dari hasil wawancara dengan orangtua siswa didapatkan 6 dari 10 ibu sudah memberikan makanan selain ASI kepada anaknya sebelum berusia diatas 6 bulan. Kemudian 6 dari 10 orangtua juga masih memiliki pengetahuan gizi yang kurang. Kurangnya pengetahuan tentang gizi berakibat pada status gizi ibu dan anak. Di SD, edukasi pernah diberikan namun tidak begitu banyak informasi yang didapatkan oleh orangtua sehingga pengetahuan orangtua mengenai gizi belum cukup

Stunting dapat dicegah melalui pemberian makanan yang difokuskan pada 1000 hari pertama kehidupan (Kemenkes, 2016) .Berdasarkan penelitian, pemberian makanan optimal dapat mencegah kematian pada anak sekitar 13% (WHO, 2009). Pemberian makanan pada bayi berumur 0-6 bulan sudah cukup dengan Air Susu Ibu (ASI) tanpa tambahan apapun (ASI Eksklusif). Mulai usia 6 bulan sudah boleh diberikan Makanan Pendamping ASI (MPASI) tetapi tetap diiringi dengan pemberian ASI sampai umur 2 tahun (WHO, 2009). Ketidaktahuan tentang makanan pendamping ASI, cara pemberian serta kebiasaan yang merugikan kesehatan secara langsung maupun tidak dapat menjadi penyebab masalah gizi pada anak. Selain itu para ibu kurang menyadari bahwa sejak bayi berusia 6 bulan sudah

memerlukan MP-ASI dalam jumlah dan mutu yang baik (Hermina & Afriansyah, 2020). Ketidaktahuan mengenai informasi tentang gizi dapat menyebabkan kurangnya mutu atau kualitas gizi makanan keluarga khususnya makanan yang dikonsumsi anak.

Salah satu penyebab gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan gizi dan kemampuan seseorang menerapkan informasi tentang gizi dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat pengetahuan ibu mempengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memilih bahan makanan, yang lebih lanjut mempengaruhi keadaan gizi keluarganya. Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi sangat penting dalam meningkatkan status gizi anaknya. Mulai dari menentukan, memilih, mengolah sampai dengan menyajikan menu gizi sehari-hari. Untuk mengatasi kejadian stunting di Indonesia dapat berupa kebijakan yang sudah dirancang yaitu program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) salah satunya adalah menggunakan tumbuhan obat keluarga dan tumbuhan yang banyak digunakan sebagai obat tradisional di Indonesia yaitu Tanaman rimpang temulawak atau curcuma xanthorrhiza. Tanaman rimpang temulawak ini terdapat kandungan zat aktif kurkumin yang dapat meningkatkan aktivitas enzim pada pencernaan sehingga akan menambah nafsu makan pada anak. Hal ini disebabkan oleh kandungan antibiotik yang ada pada kandungan temulawak. Kandungan temulawak terdapat pati, yang berwarna putih kekuningan karena kaya akan kandungan kurkuminoid. Temulawak juga bisa menjadi makanan yang menarik bagi semua orang yaitu dengan mengolahnya menjadi pudding. Pudding biasanya dijadikan sebagai hidangan penutup yang memiliki rasa manis dan penampilan yang menarik. Dengan pembuatan pudding iniditambahkan temulawak yang memiliki kegunaan yaitu penambah nafsu makan, selain itu kandungan kurkumin pada temulawak dapat memberikan warna kuning pada pudding yang dapat mempercantik penampilan pudding.

Masalah gizi pada anak usia sekolah menurut Riskesdas 2018 anak pendek/stunting mencapai 30,7%, akibatnya dapat meningkatkan resiko penyakit infeksi, memperlambat pertumbuhan dan perkembangan serta menurunkan tingkat kecerdasan. Diskeolah Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) merupakan salah satu wadah utama untuk Pendidikan kesehatan sekolah yang mempunyai sasaran utama yaitu seluruh warga sekolah yang terdiri dari anak didik, guru dan petugas-petugas sekolah lainnya. Berdasarkan pengamatan Tim pengabdian pelaksanaan UKS sampai saat ini masih kurang sesuai dengan yang diharapkan, berdasarkan wawancara dan pengamatan pengabdian dengan salah satu guru di SDN 19 Pulau menunjukkan bahwa kegiatan UKS masih belum berjalanan UKS hanya dijadikan sebagai tempat singgah siswa yang merasa kurang sehat, selain itu UKS masih belum memiliki agenda program rutin yang jelas. Minimnya sarana dan prasarana UKS di sekolah-sekolah dasar juga masih menjadi kendala tersendiri bagi guru maupun Pembina UKS. Hal ini dapat menjadi penyebab mengapa kegiatan UKS disekolah masih belum dapat berjalan dengan baik. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai pencegahan masalah stunting/gizi kronis di SDN 19 Pulau.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi mengenai pencegahan masalah stunting/gizi kronis di SDN 19 Pulau menggunakan metode ceramah, sosialisasi dan pendampingan siswa pada hari Kamis, 28 November 2024. Jumlah peserta yang hadir pada saat edukasi adalah 30 siswa/i. Metode yang dilakukan adalah memberikan edukasi secara tatap muka menggunakan power point. Kegiatan yang dilakukan yaitu penyampaian materi edukasi tentang pencegahan masalah stunting/gizi kronis. Dalam kegiatan ini juga dilakukan sesi tanya jawab. sebelum dan sesudah edukasi dilakukan pembagian kuesioner untuk menilai pengetahuan siswa/i.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan didapatkan terdapat peningkatan pengetahuan siswa/i tentang pencegahan masalah stunting/gizi kronis setelah diberikan edukasi. Berikut gambaran hasil pelaksanaan kegiatan :

Pencegahan masalah stunting/gizi kronis

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat tentang pencegahan masalah stunting/gizi kronis (n = 28)

Pengetahuan	Pretest		Postest	
	f	%	f	%
Tinggi	9	33	25	93
Rendah	18	67	2	7

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi, lebih dari separoh (67%) siswa/i memiliki pengetahuan rendah tentang pencegahan masalah stunting/gizi kronis. Setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan siswa/I tentang pencegahan masalah stunting/gizi kronis sebesar 93%. Pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan seseorang individu atau kelompok. Dengan meningkatkan pengetahuan siswa/i maka juga dapat meningkatkan perilaku atau sikap seseorang dalam mengatasi permasalahan kesehatan sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan derajat kesehatan. Pengetahuan merupakan hal yang sangat penting dalam membentuk Tindakan seseorang. Pengetahuan sangat penting Ketika seseorang mengambil keputusan karena Tindakan yang didasarkan atas pengetahuan memberikan konsekuensi yang lebih baik bagi pengambil keputusan. Pengetahuan merupakan factor predisposisi yang menentukan perilaku seseorang (Notoadmodjo, 2018). Dalam Pendidikan kesehatan semakin banyak panca indra yang digunakan, semakin banyak dan semakin jelas pula pengertian atau pengetahuan yang diperoleh. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan alat peraga atau media bertujuan untuk mengarahkan indera sebanyak mungkin pada suatu objek sehingga memudahkan pemahaman (Notoadmodjo, 2018).

Berdasarkan hasil rata-rata tingkat pengetahuan siswa/I sesudah diberikan edukasi tentang pencegahan masalah stunting/gizi kronis didapatkan persentase peningkatan pengetahuan siswa/I dari 67% menjadi 93%. Dengan adanya peningkatan persentase peningkatan pengetahuan siswa/i ini membuktikan bahwa pemberian edukasi Pendidikan kesehatan memberikan dampak positif terhadap pemahaman siswa/i tentang pencegahan stunting. Disamping itu saat pemberian Pendidikan kesehatan siswa/I dapat menerima informasi-informasi dengan memikirkan dan merefleksikannya, sehingga pengetahuan yang sudah cukup baik ini hendaknya dipertahankan dengan menggali lebih mendalam pengetahuan tentang pencegahan masalah stunting/gizi kronis dengan cara pemberian informasi. Penggunaan metode ceramah dalam pegabdian ini merupakan salah satu cara yang banyak digunakan untuk meningkatkan tingkat pengetahuan yang efektif, dan materi yang disampaikan sesuai dengan tujuan Pendidikan kesehatan.

Stunting (tinggi/panjang berdasarkan usia dengan z-score kurang dari -2 SD) dan defisiensi mikronutrien adalah dua contoh dari masalah gizi tersebut. Stunting adalah salah satu kondisi dimana anak tidak berkembang karena kekurangan gizi kronis, sehingga mereka terlalu pendek untuk usia mereka dalam jangka pendek, gizi buruk dapat meningkatkan morbiditas dan mortalitas, gangguan perkembangan (kognitif, motoric dan bahasa), dan beban keuangan untuk merawat anak yang sakit. Permasalahan gizi pada anak usia sekolah di Indonesia juga sering dikaitkan dengan tingkat pengetahuan gizi siswa yang kurang dan berhubungan dengan asupan gizi siswa. Jika di lihat dari hasil pretest dan postest anak tentang pengetahuan, didapat anak memiliki tingkat pengetahuan yang kurang terhadap gizi seimbang

Sosialisasi ini mendapatkan respon baik dari pihak sekolah yang dapat dilihat dari banyaknya peserta yang antusias mengikuti kegiatan sosialisasi dari awal sampai akhir. Hal ini dapat dibuktikan dengan keaktifan peserta untuk berdiskusi mengenai materi yang dibawakan. Selama waktu pemaparan materi juga diselingi dengan ice breaking dan games yang dibawakan oleh tim pengabdian masyarakat sehingga murid tidak bosan dan dapat focus mendengarkan materi yang disampaikan. Salah satu untuk meningkatkan pengetahuan dan status gizi yang optimal adalah dengan melakukan edukasi tentang gizi. Dalam edukasi ini juga meningkatkan pengetahuan akan perilaku makan sehingga status gizi optimal dapat tercapai. Pendekatan edukatif melalui edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap pentingnya gizi. Dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 2. Pretest



Gambar 3. Posttest



Gambar 4. Pemberian Materi



Gambar 5. Pemberian Materi

SIMPULAN

Hasil dari kegiatan didapatkan terdapat peningkatan pengetahuan siswa/i tentang pencegahan masalah stunting/gizi kronis.

DAFTAR PUSTAKA

- Nur, A., & Annisa, N. (2022). Hubungan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Balita yang Mengakibatkan Stunting di Wilayah UPT Puskesmas Ulaweng. *Jurnal Berita Kesehatan*, vol. 15, no. 1, pp. 1–8, 2022, <https://doi.org/10.58294/jbk.v15i1.72>.
- Hermina, & Afriansyah, N. (2020). Hubungan Praktik Pemberian ASI Eksklusif Dengan Karakteristik Sosial, Demografi dan Faktor Informasi Tentang ASI dan MP-ASI. *Jurnal Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 353-360.
- WHO. (2009). *Improving Health System and Service for Mental Health: WHOLibraryCataloguing-in-PublicationData*. WHO.
- Kemendes. (2016). *INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek*. Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan.