

Prevention of Stunting through Cooking Demonstration (Tempeh Cake), Giving Blood Supplement Tablets, and Research on Mothers' Knowledge of Stunting

Muiz Budiati¹✉, Dea Ananta², Romadhon Ahmad Sahedi³, Viska Insani Tri H⁴, Latifa Nur Sabrina⁴, Fawaz Akmal⁵, Naila Najwa Tamima⁶, Hikmal Akbar⁷, Arum Wiji Astuti⁷, Irdawati S.Kep., Ns., M.Si.Med⁴

¹ Universitas Muhammadiyah Palangka Raya, Indonesia

² Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

³ Universitas Muhammadiyah Cirebon, Indonesia

⁴ Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

⁵ Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Indonesia

⁶ Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

⁷ Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia

⁸ Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

✉ kknmassukoharjo54@gmail.com

Abstract

Stunting is still a serious problem in Indonesia, Mojolaban District still has quite high stunting rates compared to other districts in Sukoharjo Regency. The work program in the form of outreach is carried out with the aim of reducing and minimizing the high number of stunting. Through several methods such as counseling and interviews, it is hoped that this activity will be able to increase public awareness regarding fulfilling nutrition for children so that it can prevent stunting

Keywords: *Tempeh Cake, Stunng, Blood Supplement Tablet, Maternal Knowledge*

Pencegahan Stunting Melalui Demo Masak (Cookies Tempe), Pemberian Tablet Tambah Darah, dan Penelitian Pengetahuan Ibu terhadap Stunting

Abstrak

Stunting masih menjadi permasalahan yang serius di Indonesia, Kecamatan Mojolaban masih memiliki angka stunting yang cukup tinggi dibandingkan kecamatan lain di Kabupaten Sukoharjo. Program kerja berupa penyuluhan dilakukan dengan tujuan untuk mengurangi dan meminimalisir tingginya angka stunting. Melalui beberapa metode seperti penyuluhan dan wawancara, kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terkait pemenuhan nutrisi bagi anak-anak sehingga dapat mencegah terjadinya stunting.

Kata kunci: *Cookies Tempe, TTD, Pengetahuan Ibu*

1. Pendahuluan

Bekonang adalah [desa](#) di salah satu [Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo](#). Terdapat 12 dukuh di Desa bekonang diantaranya, Baleharjo, bekonang, mojosari, ngambak Kalang, Ngambak Lipuro, Santren, Sembung Kulon, Sembung Etan, Sentul, Suren Lor, Suren Kidul, Tegalrejo[1] Bekonang terkenal sebagai salah satu kawasan sentra produksi alkohol yang sering digunakan untuk kepentingan medis.

Desa Bekonang memiliki lokasi dekat pusat kota dengan mobilisasi mudah ke berbagai tempat dan fasilitas. Mayoritas penduduk di desa ini berbagai macam pekerjaan dan tingkat pendidikan beraneka ragam. Ekonomi desa didominasi oleh pertanian, dan produksi alkohol. Desa ini menghadapi tantangan kesehatan berupa stunting, yaitu kondisi gangguan pertumbuhan tinggi badan pada anak dan balita yang lebih rendah dari standar usia. Beberapa faktor penyebab stunting di desa ini meliputi pendapatan rendah dan akses pangan terbatas, yang membuat keluarga kesulitan memenuhi kebutuhan gizi anak, dan pengetahuan gizi yang minim, serta sanitasi yang kurang memadai dan terbatasnya akses ke air bersih yang meningkatkan risiko penyakit dan penyerapan gizi menjadi terganggu.

Untuk mengatasi stunting, beberapa upaya yang bisa dilakukan adalah, memberikan edukasi gizi untuk ibu hamil dan menyusui serta pelatihan bagi kader posyandu tentang deteksi dini dan penanganan stunting, memberikan edukasi kepada remaja usia dewasa mengenai stunting. Dengan kolaborasi antara pemerintah, masyarakat, dan berbagai pihak terkait, potensi stunting di Desa Bekonang dapat diminimalisir, sehingga kualitas hidup dan kesehatan anak-anak di desa ini dapat ditingkatkan.

Stunting adalah keadaan gagalnya pertumbuhan akibat dari tidak tercukupinya kebutuhan nutrisi dalam waktu yang cukup lama yang dimulai sejak masa kehamilan sampai pada anak berusia 2 tahun. Hal ini sering disebut sebagai 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Periode ini merupakan periode emas yang menentukan kualitas kehidupan manusia, periode ini menjadi penentu masa depan kualitas anak, yang mana kegagalan dalam pemenuhan nutrisi pada waktu tersebut memiliki dampak buruk yang bersifat permanen dan sangat susah diperbaiki[2]

Diperlukan perhatian khusus terkait stunting pada karena dampak yang ditimbulkan dapat menjadikan terhambatnya pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan pembentukan cara berpikir serta status kesehatan pada anak. Studi terkini menunjukkan bahwa anak yang terdiagnosa stunting akan berpengaruh pada prestasi di sekolah yang buruk dan tingkat pendidikan yang kurang serta berbuntun pada pendapatan yang rendah saat dewasa. Sehingga penanganan dan pencegahan stunting perlu terus diupayakan guna mencetak generasi sehat dan bebas stunting.

Data dari kementerian kesehatan menyebutkan bahwa hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) pada Rapat Kerja Nasional BKKBN, Rabu (25/1) bahwasannya angka stunting di Indonesia berada di angka 24,4% pada tahun 2021 dan turun menjadi 21,6% pada tahun 2022. Untuk itu penurunan prevalensi stunting terus dicanangkan oleh pemerintah karena data dari who menyebutkan bahwa target stunting tidak boleh melebihi 20%. Data yang dikemukakan oleh WHO bahwa Indonesia adalah salah satu negara di regional Asia Tenggara/South-East yang memiliki angka stunting tertinggi. Asia Regional (SEAR)², dengan rata-rata balita terdiagnosis stunting ditahun 2005-2017 adalah sebanyak 36,4%. Stunting berdampak luas meliputi aspek sosial, ekonomi, kesehatan, pendidikan, dan produktivitas anak. Sedangkan di kecamatan Mojolaban didapatkan data stunting sebesar 11,74% pada tahun 2023 dan 2022, sebesar 9,79% pada tahun 2021, dan sebesar 9,22% di tahun 2020)[3]. Data ini menunjukkan bahwa angka stunting pada tahun 2023 mengalami peningkatan daripada tahun-tahun sebelumnya. Berdasarkan pada data

tersebut, dilakukan beberapa kegiatan di desa Bekonang yang terletak di salah satu kecamatan Mojolaban dengan maksud menintervensi masyarakat dalam pencegahan stunting.

Beberapa kegiatan edukasi terkait stunting adalah membuat program kerja “DASHAT” yaitu Dapur Sehat Atasi Stunting, dimana kegiatan ini dimulai dengan memberikan penyuluhan terhadap stunting dan makanan bergizi dan demonstrasi masak cookies tempe berprotein tinggi. Kegiatan selanjutnya adalah melakukan penelitian dengan membagikan kuesioner berisi 20 pertanyaan terhadap 61 Ibu balita di desa Bekonang untuk mengetahui gambaran pengetahuan Ibu balita terkait stunting. Karena meningkatkan pengetahuan ibu merupakan kunci dalam pencegahan stunting dan dapat mengurangi angka terjadinya stunting (Hall et. al., 2018). Sehingga diharapkan dengan pengetahuan ibu yang baik dapat memberikan asupan gizi yang baik sesuai dengan kebutuhan gizi balita dan berdampak baik bagi status gizi balita (Puspasari & Andriani, 2017). Selain itu peran besar terhadap pencegahan stunting adalah remaja, karena remaja adalah calon orang tua. Terdapat peran besar pada remaja dalam mewujudkan generasi berkualitas dimasa yang akan datang karena remaja adalah calon orang tua, maka remaja perlu dibina untuk membentuk generasi yang sehat dari rahimnya. Karena upaya yang paling tepat guna dalam pencegahan stunting diawali dari kaum remaja dengan meningkatkan pengetahuan tentang stunting serta bagaimana dampak yang akan terjadi jika kurangnya pengetahuan remaja sebagai calon orang tua tentang pengasuhan 1000 HPK dapat meningkatkan risiko anak yang dilahirkan kelak mengalami gangguan pertumbuhan hingga stunting untuk itu program pencegahan strunting dengan target audiens remaja menjadi salah satu kegiatan guna mengatasi stunting.[4]

2. Metode

2.1. Penyuluhan dan Demonstrasi Masak

Pelaksanaan dalam kegiatan penyuluhan edukasi terkait stunting dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus 2024 di kediaman Bapak Eko di dukuh Mojosari, Kelurahan Bekonang. Kegiatan dilaksanakan bersamaan dengan posyandu rutin bulanan pada pukul 09.00 WIB dengan melakukan penyuluhan terhadap kader posyandu dan anggota posyandu berupa ibu-ibu balita yang hadir bersamaan saat kegiatan posyandu berlangsung. Penyuluhan terbagi ke dalam 3 sesi. 30 menit pertama diawali dengan memberikan edukasi pemberian makanan bergizi agar anak terhindar dari stunting. Poin poin yang disampaikan mengenai pengertian stunting, penyebab stunting, ciri-ciri anak terkena stunting, dampak dari stunting terhadap masa depan anak, dan peran kader serta PKK dalam pencegahan stunting. Kemudian 15 menit berikutnya adalah sesi tanya jawab dan selanjtnya acara dilanjutkan dengan demonstrasi masak berupa cookies tempe berprotein tinggi dan berakhir pada pukul 11.00 WIB.

2.2. Kegiatan Wawancara Kepada Ibu Balita Terkait Stunting

Kegiatan selanjutnya berupa penelitian untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu balita terkait stunting dengan melakukan wawancara terhadap 61 ibu yang memiliki balita. wawancara dilaksanakan selama dua hari pada tanggal 28 agustus-29 agustus. Yang melibatkan ibu balita di 12 RW di seluruh kelurahan Bekonang. Narasumber terdiri dari 5 Ibu balita di setiap posyandu (setiap RW terdapat 1 posyandu).

9 mahasiswa dibagi menjadi 3 kelompok. Dan setiap kelompok mendapatkan tugas mewawancarai ibu balita di 4 RW. Sesi wawancara terdiri dari 20 pertanyaan terkait stunting untuk mengukur sejauh mana pengetahuan ibu terhadap stunting.

2.3. Peran Remaja Dalam Pencegahan Stunting

Kegiatan berikutnya dalam menekan angka stunting merupakan penyuluhan pemberian tablet tambah darah kepada remaja perempuan di Dukuh Bekonang sebagai Upaya pencegahan dini terhadap calon orang tua. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 15 Agustus 2024 yang bertempat di BLK (Balai Latihan Kerja) desa Bekonang. Acara ini dihadiri oleh 20 remaja Perempuan dan laki-laki.

Poin-poin yang dibagikan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah memberikan pengetahuan terkait stunting, dan peran remaja Perempuan sebagai calon ibu. Kegiatan diakhiri dengan pemberian tablet tambah darah untuk seluruh audiens.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Kegiatan Penyuluhan dan Demonstrasi Masak

Pada tanggal 13 Agustus 2024 dilakukan penyuluhan dan demonstrasi masak cookies tempe dalam rangka pencegahan stunting bersama BKKBN oleh mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Muhammadiyah 'Aisyiyah kelompok 54. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan memberikan materi mengenai pengetahuan stunting dan membuat inovasi makanan pencegah stunting dengan bahan dasar tempe. Cookies tempe dibuat sedemikian rupa sebagai MP-Asi. Cemilan ini dibuat berprotein tinggi untuk balita sehingga diharapkan dapat menambah nutrisi pada anak khususnya kebutuhan terhadap protein.

Tempe dibuat sebagai bahan dari MP-Asi karena tempe merupakan salah satu bahan pangan yang mudah ditemui dan menjadi pangan yang diminati masyarakat. Selain itu kandungan protein yang tinggi dalam tempe bagus digunakan sebagai makanan tambahan bagi balita. Kandungan gizi yang termuat dalam 100 gram tempe terdapat 20,8 g protein; 8,8 gram lemak; 1,4 gram serat; 155 mg kalsium; 326 mg fosfor; Fe 4 mg; vitamin B1 0,19 mg; dan karoten 34 µg[8]

Bahan yang digunakan dalam pembuatan cookies tempe diantaranya yaitu tempe, tepung terigu protein sedang, susu bubuk, mentega, dan buah naga sebagai pewarna pink alami. Semua kandungan dalam pembuatan cookies tempe memiliki kandungan gizi yang baik bagi pertumbuhan balita. Nilai gizi yang didapatkan pada satu cookies tempe adalah protein sebesar 46%, karbohidrat 19,3%, lemak 24,7%, dan serat sebesar 2,5%.

Demonstrasi masak dilakukan dalam waktu singkat selama 15 menit. Caranya sebagai berikut: persiapan semua bahan dengan tahap awal mencampurkan mentega dan gula pasir lalu diaduk dengan spatula. Kemudian, menambahkan tempe (yang sudah menjadi tepung), tepung terigu, tepung maizena, sari buah naga, serta baking powder dan diaduk hingga menjadi adonan. Kemudian adonan yang sudah jadi di bulatkan kecil-kecil seperti cookies pada umumnya dan dipanggang dengan api kecil hingga matang. Penyuluhan dan demonstrasi masak ini di saksikan oleh ibu-ibu kader dan ibu balita dengan sangat antusias. Dan program kegiatan berjalan dengan baik.

Program edukasi penyuluhan ini dilakukan karena banyaknya angka stunting yang terjadi. Diharapkan penyuluhan ini audiens mampu memahami mengenai bahaya stunting yang terjadi

pada masa kanak-kanak dan dampaknya pada sumber daya manusia kelak. Pelaksanaan kegiatan semacam ini bisa menjadi sarana bagi ibu-ibu yang memiliki anak balita dalam menerapkan makanan yang bergizi, dengan begitu angka stunting dapat ditekan.



Gambar. 1 Dokumentasi Penyuluhan Stunting dan Demonstrasi Masak

3.2. Kegiatan Wawancara Kepada Ibu Balita Terkait Stunting

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu terkait stunting, dilakukan sebuah wawancara yang berisi 20 pertanyaan kepada 61 ibu balita. Wawancara ini disasarkan kepada ibu yang memiliki anak balita anggota posyandu melalui 61 responden yang tersebar di 12 RW di seluruh Desa Bekonang dengan pengambilan narasumber sebanyak 5 ibu balita si setiap RW. Sejumlah 20 pertanyaan memuat pengetahuan terkait definisi stunting, penyebab stunting, gejala dan ciri anak yang mengalami stunting, tata pelaksanaan penanganan stunting, serta bagaimana pencegahan stunting yang dilakukan oleh ibu balita.

Hasil penelitian berdasarkan table 1 menunjukkan jika responden yang mempunyai tingkat pengetahuan cukup cenderung lebih tinggi dibanding responden dengan tingkat pengetahuan baik dan kurang. Dari 61 Responden yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 31 responden (50,8%) sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 4 responden (6,6%) dan responden yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 26 responden (42,6%).

Table 1. Distribusi Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	4	6,6
Cukup	31	50,8
Kurang	26	42,6

Penting kiranya mengetahui sejauh mana pemahaman ibu terkait stunting. Hal ini berkaitan bahwa seseorang yang mempunyai sikap dan pengetahuan baik terhadap gizi cenderung akan berperilaku baik pula dalam memenuhi kebutuhan gizi, begitupun sebaliknya, seseorang yang memiliki sikap serta pengetahuan tentang gizi yang kurang bahkan buruk akan berkaitan pula terhadap perilaku pemenuhan kebutuhan gizi dan menyebabkan asupan gizi menjadi tidak terpenuhi dengan baik, dan terjadilah sebuah masalah [9].

Maka dari itu penelitian ini dilakukan dengan harapan bukan hanya semata- bukan saja hanya mengukur pengetahuan dan pemahaman ibu terkait stunting, tapi juga menjadi acuan bagi para para ibu serta pelayanan Kesehatan terkhususnya di Kelurahan bekonang untuk menjadi

evaluasi bagaimana pengetahuan ibu dapat berpengaruh terhadap Kesehatan dan kesejahteraan anak. Sehingga dapat mengoptimalkan segala cara dalam menutunkan stunting di Desa Bekonang



Gambar. 2 Dokumentasi Wawancara Terkait Pemahaman Ibu Terhadap *Stunting*

3.3. Peran Remaja Dalam Pencegahan Stunting

Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan stunting secara dini yang melibatkan peran remaja. Dimana remaja ikut andil dalam pencegahan stunting sebagai generasi emas di masa depan. Kegiatan ini di hadiri oleh remaja- remaja Dukuh Bekonang pada tanggal 15 Agustus 2024 di Balai Latihan Kerja Dukuh Bekonang.

Dalam penyuluhan ini terdapat beberapa poin penting yang perlu diketahui oleh remaja diantaranya pengertian terhadap stunting, dampak stunting bagi anak, serta apa saja yang dapat mencegah dari stunting.

Kegiatan dihadiri oleh 20 remaja. Sasaran kegiatan adalah para remaja sebagai calon orang tua di masa depan, terkhususnya orangtua perempuan. Dalam buku *Peran Remaja dalam Pencegahan Stunting* oleh Ratu Matahari dan Dr. Dyah Suryani bahwa kenyataannya banyak kasus stunting dimulai pada fase remaja. Hal ini dikarenakan anemia pada remaja putri yang disebabkan oleh kekurangan hemoglobin terutama Ketika menstruasi. Selain itu factor ekonomi, dan pola makan yang tidak tepat juga turut mempengaruhi.[10][11]



Gambar. 3 Dokumentasi Kegiatan Penyuluhan Peran Remaja Dalam Pencegahan *Stunting*

4. Kesimpulan

Program kerja berupa kegiatan penyuluhan dan penelitian dilakukan guna membantu masyarakat di desa Bekonang dalam meminimalisir tingginya angka stunting yang terjadi di Kecamatan Mojolaban. Kegiatan dilakukan dengan melakukan penyuluhan dan demonstrasi masak dan wawancara untuk mengetahui tingkat pemahaman ibu terhadap stunting.

Kegiatan-kegiatan tersebut diharapkan dapat mengurangi dan meminimalisir angka stunting di kecamatan mojolaban, terkhusus di desa bekonang. Hasil dari program kerja ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu-ibu dalam pemberian asupan gizi kepada anak-anaknya. Sehingga terciptanya generasi baru yang sehat, cerdas dan membanggakan bangsa.

Ucapan Terima Kasih

Tim penulis mengucapkan terima kasih yang begitu besar kepada masyarakat desa Bekonang yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan program kerja KKN MAS sehingga segala kegiatan edukasi, penyuluhan, dan penelitian berjalan dengan baik dan sukses.

Referensi

- [1] printilan.com, “Nama Dukuh di Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo,” printilan.com.
- [2] I. Cahya Dewi, N. Rahanta, and N. Auliyah, “Penyuluhan Stunting sebagai Sarana untuk Meminimalisir Tingginya Angka Stunting di Desa Gambiran Kecamatan Kalisat.”
- [3] sukoharjokab.bps.go.id, “Data Stunting Balita Kabupaten Sukoharjo Berdasarkan e-PPGBM (Jiwa), 2022-2023,” sukoharjokab.bps.go.id.
- [4] T. Lestari, dan Tati Sumiati, I. Artikel, A. Penelitian, A. Pengabdian, and R. Artikel, “Sponsor : e-ISSN : 2685-677X Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Stunting,” *Jurnal BIOSAINSTEK*, vol. 5, no. 2, pp. 17–20, doi: 10.52046/biosainstek.v5i2.17-20.
- [5] T. Hidayat and F. N. Syamsiyah, “Langkah Tepat Cegah Stunting Sejak Dini Bersama Mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Jember,” *JIWAKERTA: Jurnal Ilmiah Wawasan Kuliah Kerja Nyata*, vol. 2, no. 2, pp. 73–78, 2021, doi: 10.32528/jiwakerta.v2i2.6736.
- [6] L. Fanny, “DAYA TERIMA DAN KANDUNGAN ZAT GIZI MIKRO SERABI YANG DIPERKAYA TEPUNG TEMPE DAN TEPUNG IKAN TERI (*Stolephorus* sp,” *Media Gizi Pangan*, vol. 26, no. 2, p. 190, 2019, doi: 10.32382/mgp.v26i2.1070.
- [7] N. Rusliani, W. R. Hidayani, and H. Sulistyoningsih, “Literature Review: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita,” *Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*, vol. 1, no. 01, pp. 32–40, 2022, doi: 10.56741/bikk.v1i01.39.
- [8] D. Terima Produk Formulasi Brownies Christina Andhika Setyani, C. Andhika Setyani, A. Christien Lucia Radjah, R. H. Amirah Faadhilansyah, and O. Arum Mayapada Hospital Kuningan, “DAYA TERIMA PRODUK FORMULASI BROWNIES TEMPE SEBAGAI ALTERNATIF MAKANAN PENDAMPING BAGI BALITA STUNTING.” [Online]. Available: <https://tin.persagi.org>
- [9] S. Tinggi, I. Kesehatan, M. Klaten, R. Kristiyanti, S. Khuzaiyah, and S. A. Susiatmi, “Gambaran Pengetahuan tentang Stunting dan Sikap Ibu dalam Mencegah Stunting.”
- [10] D. Oleh, R. Matahari, S. Km, M. Kes, D. Suryani, and S. Si, PERAN REMAJA DALAM PENCEGAHAN STUNTING. 2022.
- [11] Mahmudah, Umi. “Peningkatan Kualitas Pendidik PAUD sebagai Upaya dalam Pencegahan Stunting di Kecamatan Pundong Kabupaten Bantul.” *Warta LPM*, vol. 24, no. 4, Oct. 2021, pp. 719–28. journals.ums.ac.id, <https://doi.org/10.23917/warta.v24i4.12920>.

Satuan

Satuan harus menggunakan **Satuan Internasional**.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)
