

Nutrition Care Action for Preschool Children as an Effort to Reduce the Risk of Stunting

Aksi Peduli Gizi pada Anak Prasekolah sebagai Upaya Penurunan Angka Risiko *Stunting*

Nur Pelita Sembiring*¹, Sofya Maya², Tahrir Aulawi³, Yanti Ernalina⁴, Novfitri Syuryadi⁵, Ismed⁶,
Netty Herawati⁷, Farida Nasri⁸

^{1,2,3,4,5,6}UIN Sultan Syarif Kasim Riau

⁷Universitas Riau

⁸TK Quantum Kids 3 Kota Pekanbaru

*e-mail: nurpelitasembiring@gmail.com¹, sofyaomay@gmail.com², tahrira@yahoo.com³,
yanti.ernalina@uin-suska.ac.id⁴, novfitri.syuryadi@gmail.com⁵

Abstract

Stunting is a form of malnutrition caused by lack of nutrition in the long term. The impact of stunting on children is reduce the degree of health, growth and development of children as the most valuable resource for a country. Efforts to reduce the risk of stunting must be carried out such as conducting education/counseling activities and supplementary feeding to preschool children. This activities carried out at the Kindergarten went smoothly and all participants enthusiastically participated in all activities. The school also hopes for the continuation of similar activities with various topics to increase nutritional knowledge and improve nutrition practices for pre-school children. If the increase in nutritional knowledge is accompanied by an increase in nutritional practices in preschool children, it will reduce the risk of stunting.

Keywords: nutrition, preschool children, stunting, supplementary feeding

Abstrak

Stunting adalah salah satu bentuk *malnutrition* disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka waktu lama. Dampak dari kejadian *stunting* pada anak-anak adalah memperburuk derajat kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan anak sebagai sumber daya paling berharga bagi suatu negara. Upaya penurunan angka risiko *stunting* harus dilakukan seperti melakukan kegiatan edukasi/penyuluhan dan Pembagian Makanan Tambahan (PMT) pada anak prasekolah. Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan di Taman Kanak Kanak (TK) berjalan lancar dan semua peserta antusias mengikuti seluruh kegiatan. Pihak sekolah juga mengharapkan adanya keberlanjutan kegiatan yang serupa dengan topik yang beragam untuk menambah pengetahuan gizi dan meningkatkan praktek gizi pada anak prasekolah. Jika bertambahnya pengetahuan gizi disertai dengan peningkatan praktek gizi pada anak prasekolah maka akan menurunkan angka risiko stunting.

Kata kunci: gizi, anak prasekolah, stunting, pemberian makanan tambahan

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu bentuk *malnutrition* disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka waktu lama. *Stunting* merupakan salah satu tantangan besar yang dihadapi Indonesia. Prevalensi *stunting* di Indonesia menurut Riskesdas 2018 masih cukup tinggi yaitu 30,8% dan prevalensi *stunting* di Provinsi Riau mencapai 27,3% (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan Global Nutrition Report (2018) menunjukkan prevalensi *stunting* Indonesia dari 132 negara berada pada peringkat ke-108 sedangkan di Kawasan Asia Tenggara prevalensi *stunting* Indonesia tertinggi kedua setelah Kamboja.

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan energi protein kronis yang berlangsung lama yaitu dimulai sejak anak dalam kandungan hingga berusia 24 bulan (Mitra, 2015). *Stunting* dapat menyebabkan penurunan IQ points, rentan mengalami penyakit infeksi, berisiko mengalami penyakit degeneratif saat dewasa dan akan berdampak pada penurunan

produktivitas serta kualitas sumber daya manusia (Renyonet *et al.*, 2016; Mutiara *et al.*, 2019). Anak yang *stunting* juga dapat mengalami wasting dan anemia. Kondisi ini dapat memperburuk derajat kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan anak sebagai sumber daya paling berharga bagi suatu negara.

Kondisi *stunting* dapat diatasi dengan kerjasama berbagai pihak. Beberapa program yang dapat mengatasi permasalahan ini adalah Pemberian Makanan Tambahan (PMT), penerapan hygiene sanitasi, suplementasi tablet tambah darah, akses pangan bergizi, penyuluhan dan edukasi gizi, dan sebagainya (Saputri & Tumangger, 2019; Husen *et al.*, 2022). Pelaksanaan penyuluhan dan edukasi gizi diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan gizi, praktek gizi, dan membentuk pola diet gizi seimbang yang tepat sehingga tercipta status gizi normal dan derajat kesehatan optimal (Denis Oxy Handika, 2020; Sari & Mukti, 2021). Bukan hanya pada orang dewasa saja dibutuhkan peningkatan pengetahuan gizi namun juga ditujukan pada anak-anak.

Berdasarkan hal di atas maka penulis melakukan kegiatan pengabdian kepada siswa TK untuk meningkatkan pemahaman mengenai gizi. Selain kegiatan penyuluhan, penulis juga membagikan telur, susu, dan berbagai jenis sayur. Hal ini sebagai salah satu upaya untuk mendorong siswa mengonsumsi telur dan susu yang kaya protein serta sayur-sayuran yang kaya kandungan vitamin dan mineral. Peningkatan kebiasaan konsumsi telur, susu, dan sayur-sayuran dapat meminimalisir terjadinya *malnutrition* akibat kekurangan protein dan zat besi.

2. METODE

Pengabdian dilakukan dengan dua tahap yaitu tahap persiapan dan pelaksanaan. Tahap awal tim pengabdian melakukan survey pendahuluan, perizinan, menyiapkan waktu dan tempat pengabdian, bahan materi berupa power point, video, gambar, handout, spanduk, daftar hadir, sertifikat, serta alat kegiatan berupa infocus dan laptop. Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan pada 9 Desember 2021 di TK Al Masruriyah, TK AL Wadha, dan TK Quantum Kids dan pada 2 Juni 2022 di TK Quantum Kids. Pada tanggal 9 Desember 2021 dilakukan kegiatan pembagian telur dan susu kepada siswa TK serta penyampaian materi oleh narasumber tentang manfaat mengonsumsi susu dan telur bagi pertumbuhan, sedangkan pada tanggal 2 Juni 2022 dilakukan pembagian sayur-sayuran serta penyampaian materi tentang manfaat mengonsumsi sayur-sayuran kepada siswa TK.

Penyampaian materi oleh narasumber dilakukan dengan berbagai macam media agar siswa TK tidak merasa bosan dan mudah memahami materi yang disampaikan narasumber. Selain power point, media lain yang digunakan adalah gambar telur, susu, sayur-sayuran; video tentang manfaat mengonsumsi susu, telur, dan sayur-sayuran bagi tubuh; serta mengajak siswa TK untuk bernyanyi bersama dalam mengenal sayur-sayuran.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian dihadiri oleh tim pengabdian (dosen Prodi Gizi UIN Sultan Syarif Kasim Riau), mahasiswa Prodi Gizi UIN Sultan Syarif Kasim Riau, siswa TK, Kepala Sekolah TK, serta Bunda TK selaku pengajar dan pendidik. Kegiatan pengabdian masyarakat pada 9 Desember 2021 dilakukan di 3 (tiga) TK, yaitu TK Al Masruriyah, TK AL Wadha, dan TK Quantum Kids Kota Pekanbaru, Provinsi Riau. Jumlah peserta pengabdian di TK Al Masruriyah adalah 30 orang, TK Quantum Kids 40 orang, dan TK Al Wadha 50 orang.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian diawali dengan sambutan oleh Sekretaris Prodi Gizi UIN Sultan Sayrif Kasim Riau, dilanjutkan dengan sambutan oleh Kepala Sekolah di masing-masing TK. Kegiatan selanjutnya adalah penyampaian materi tentang manfaat mengonsumsi susu dan telur bagi kesehatan oleh narasumber, dilanjutkan dengan pembagian bingkisan telur

dan susu oleh tim pengabdian kepada peserta pengabdian dan diakhiri dengan kegiatan foto bersama.



Gambar 1. Kata Sambutan dari Sekretaris Prodi Gizi UIN Sultan Syarif Kasim Riau di TK Al Masruriyah



Gambar 2. Kata Sambutan oleh Kepala Sekolah TK Quantum Kids

Selama kegiatan berlangsung, para peserta pengabdian memperhatikan dengan baik penyampaian materi oleh narasumber serta antusias dalam menerima telur dan susu yang dibagikan oleh tim pengabdian. Pemberian telur dan susu ini merupakan salah satu bentuk kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) kepada anak prasekolah dengan tujuan untuk membantu meningkatkan asupan gizi. Telur dan susu ini dikonsumsi sebagai bentuk pemberian makanan tambahan di saat jam istirahat dengan bantuan arahan dari para guru. Kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan salah satu program yang dapat mencegah kondisi *stunting* pada anak (Saputri, 2019; Husen *et al.*, 2022). Selain itu, adanya penyuluhan/penyampaian materi oleh narasumber tentang manfaat mengonsumsi telur dan susu bagi kesehatan diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan gizi, praktek gizi, dan membentuk pola diet gizi seimbang yang tepat sehingga tercipta status gizi normal dan derajat kesehatan optimal.



Gambar 3. Penyampaian Materi tentang Manfaat Telur dan Susu bagi Kesehatan serta pembagian telur dan susu di TK Al Masruriyah



Gambar 4. Penyampaian Materi tentang Manfaat Telur dan Susu bagi Kesehatan serta pembagian telur dan susu di TK Quantum Kids



Gambar 5. Penyampaian Materi tentang Manfaat Telur dan Susu bagi Kesehatan serta pembagian telur dan susu di TK Al Wadha

Kegiatan pengabdian masyarakat pada 2 Juni 2022 dilakukan di TK Quantum Kids Kota Pekanbaru, Provinsi Riau. Peserta pengabdian berjumlah 40 orang yaitu terdiri dari siswa TK serta kepala sekolah dan Bunda TK yang mendampingi mereka. Semangat dan antusias peserta mengikuti kegiatan ditunjukkan dengan keterlibatan aktif pada saat acara penyampaian materi berlangsung yang disampaikan oleh narasumber tim pengabdian dengan mengombinasikan penjelasan manfaat sayur-sayuran bagi kesehatan sambil bernyanyi dan bercerita.

Pembagian berbagai jenis sayur-sayuran kepada peserta pengabdian diharapkan dapat meningkatkan konsumsi sayur-sayuran pada anak prasekolah. Gizi kurang berisiko dialami oleh sebagian besar anak prasekolah. Anak prasekolah tumbuh dan berkembang dengan cepat sehingga membutuhkan zat gizi yang lebih banyak, padahal pada usia ini tidak jarang mereka mengalami penurunan nafsu makan dan daya tahan tubuhnya masih rentan sehingga lebih mudah terkena infeksi dibandingkan anak dengan usia lebih tua. Vitamin dan mineral yang banyak terdapat pada sayur-sayuran merupakan zat gizi yang sangat dibutuhkan oleh anak prasekolah karena vitamin dan mineral akan berperan dalam perkembangan motorik, pertumbuhan, dan kecerdasan anak serta menjaga kondisi tubuh anak agar tetap sehat (Uce., 2018; Mayar & Astuti., 2021).



Gambar 6. Penyampaian Materi tentang Jenis Sayur-Sayuran dan Manfaatnya bagi Kesehatan



Gambar 7. Pembagian Sayur-Sayuran oleh Tim Pengabdian kepada Peserta Pengabdian

Kegiatan pengabdian berlangsung dengan lancar dengan adanya faktor pendukung yaitu antusiasme peserta yang telah hadir untuk mengikuti kegiatan pengabdian. Respon positif dari pihak sekolah dan permintaan untuk keberlanjutan kegiatan seperti ini dengan topik yang berbeda. Semangat dan motivasi tinggi dalam mengikuti kegiatan didukung oleh semangat dan motivasi tim pengabdian dalam menjelaskan materi secara sederhana kepada peserta pengabdian sehingga mudah dipahami.

Faktor penghambat dari kegiatan ini tidak terlalu signifikan. Beberapa faktor yang teridentifikasi ialah ada beberapa kebisingan dikarenakan usia peserta yang merupakan usia prasekolah namun hal ini dapat ditangani dengan bantuan para guru. Selain itu, faktor penghambat lainnya adalah keterbatasan waktu dan kurangnya interaksi dalam bermain games karena masih dalam kondisi Covid-19. Namun selama pengabdian, tim pengabdian tetap menjalani protokol kesehatan

4. KESIMPULAN

Adapun kesimpulan dari kegiatan pelaksanaan pengabdian pada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Kegiatan pengabdian masyarakat pada anak prasekolah di TK Al Masruriyah, TK AL Wadha, dan TK Quantum Kids Kota Pekanbaru, Provinsi Riau berjalan lancar. Semua peserta antusias mengikuti seluruh kegiatan dan pihak sekolah juga mengharapkan adanya keberlanjutan kegiatan yang serupa dengan topik yang beragam.
2. Pemberian materi tentang gizi pada anak prasekolah sangat diperlukan untuk menambah pengetahuan gizi dan meningkatkan praktek gizi pada anak prasekolah.
3. Aksi peduli gizi pada anak prasekolah berupa pembagian makanan merupakan salah satu bentuk pelaksanaan program Pembagian Makanan Tambahan (PMT) sebagai upaya dalam menurunkan angka risiko *stunting*.

DAFTAR PUSTAKA

- Global Nutrition Report (2018) Accountability to Accelerate The World's Progress on Nutrition. Retrieved September 15, 2022, from <https://globalnutritionreport.org/reports/global-nutrition-report-2018/>
- Denis Oxy Handika (2020) Keluarga Peduli Stunting Sebagai *Family Empowerment Strategy* Dalam Penurunan Kasus Stunting di Kabupaten Blora. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(4):685-692. DOI: <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i4.3981>
- Husen, A.H., Angelia, S.F., Putri, J.A., Panjaitan, M.N., Shofir, A.F., Fahrudin, T.M. (2022) Efektivitas Sosialisasi dan Pemberian PMT sebagai Upaya Perbaikan Gizi Guna Menurunkan Angka Risiko Stunting pada Anak di Desa Kembangsrri. *Karya Unggul: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2):30-35.
- Kementerian Kesehatan RI [Kemenkes RI] (2019) *Laporan Riset Kesehatan Dasar Nasional 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mayar, F., & Astuti, Y. (2021) Peran Gizi terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3):9695-9704.
- Mitra (2015) Permasalahan Anak Pendek (Stunting) dan Intervensi untuk Mencegah Terjadinya Stunting (Suatu Kajian Kepustakaan). *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(6), 254-261. DOI:10.25311/jkk.Vol2.Iss6.85
- Mutiara, H., Apriliana, E., Suwandi, J. F., & Utami, N. (2019) Screening Pertumbuhan Anak, Edukasi tentang Stunting serta Pelatihan Pemantauan Pertumbuhan Anak pada Orang Tua Siswa Sekolah Dasar Negeri di Provinsi Lampung dalam Upaya Meningkatkan Derajat

- Kesehatan Anak Indonesia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 1–5. DOI: <https://doi.org/10.23960/jpm4136-41>
- Renyoet, B.S., Martianto, D., & Sukandar, D. (2016) Potensi Kerugian Ekonomi Karena Stunting pada Balita di Indonesia Tahun 2013. *Jurnal Gizi Pangan*, 11(3): 247-254. DOI: <https://doi.org/10.25182/jgp.2016.11.3.%25p>
- Saputri, R.A., Tumangger, J. (2019). Hulu-Hilir Penanggulangan Stunting di Indonesia. *Journal of Political Issues*, 1(1):1-9. DOI: 10.33019/jpi.v1i1.2
- Sari, D.P., Mukti, A.W. (2021) Pelatihan Pembuatan Kudapan Kaya Nutrisi dan Probiotik Guna Mencegah Stunting di Mojokerto. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1):65-69. DOI: <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v5i1.4236>
- Uce, L. (2018). Pengaruh Asupan Makanan terhadap Kualitas Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2):79-92.