

Community Empowerment Through Healthy Kitchens Overcomes Stunting Towards Stunting-Free Villages

Pemberdayaan Masyarakat Melalui Dapur Sehat Atasi Stunting Menuju Desa Bebas Stunting

Erli Mutiara^{*1}, Novita Indah Hasibuan², Sri Yunita³, Khaerul Saleh⁴, Nikmat Akmal⁵

^{1,5}Fakultas Teknik, Universitas Negeri Medan, Indonesia

²Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Medan, Indonesia

³Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Medan, Indonesia

⁴Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Medan, Indonesia

*E-mail: erli@unimed.ac.id¹, novitaindah528@gmail.com², sriyunitasugiharto@gmail.com³, khaerul@gmail.com⁴, nikmat_a@yahoo.com⁵

Abstract

Stunting is one of the health problems that is still prevalent in Indonesia. The problem of stunting is a concern for all government officials, from ministries to village heads. Regional Partnership Service Partners (PKW): Head of Pagar Jati Village and Village Midwife. The problem faced by the Head of Pagar Jati Village is that toddlers are categorized as stunting. The objectives of PKW: (1) to conduct socialization of stunting prevention, utilization of local food and understanding of nutrition; (2) training and assistance in preparing healthy and hygienic menus from local food sources, as well as practicing processing local food for family menus. The method of implementing PKW is through: socialization, training, and assistance. The results of the activity show that the community empowerment strategy through the DASHAT program has been implemented in accordance with the empowerment concept by the Unimed PKW team. It is hoped that mothers will have strong motivation in meeting toddler nutrition and improving mothers' attitudes and actions in providing balanced nutrition to stunted toddlers. So that Pagar Jati Village, Lubuk Pakam District, Deli Serdang Regency can be free from Stunting.

Keywords: *Stunting, Empowerment, Community, Kitchen, healthy*

Abstrak

Stunting salah satu problem kesehatan yang masih menggejala di Indonesia. Masalah stunting menjadi perhatian semua aparat pemerintah mulai dari kementerian sampai kepala desa. Mitra Pengabdian Kemitraan Wilayah (PKW) : Kepala Desa Pagar Jati dan Bidan desa. Permasalahan yang dihadapi Kepala Desa Pagar Jati adanya balita termasuk kategori stunting. Tujuan PKW : (1) melakukan sosialisasi pencegahan stunting, pemanfaatan pangan lokal dan pemahaman gizi; (2) pelatihan dan pendampingan dalam menyusun menu sehat dan higienis dari sumber bahan pangan lokal, sekaligus praktek mengolah pangan lokal untuk menu keluarga. Metode pelaksanaan PKW melalui: sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa strategi pemberdayaan masyarakat melalui program DASHAT telah dilaksanakan sesuai dengan konsep pemberdayaan oleh tim PKW Unimed. Diharapkan kepada ibu-ibu agar memiliki motivasi kuat dalam memenuhi gizi balita serta memperbaiki sikap dan tindakan ibu dalam memberikan gizi seimbang kepada balita stunting. Sehingga dapat desa Pagar Jati Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang terbebas Stunting.

Kata kunci: *Stunting, Pemberdayaan, Masyarakat, Dapur, sehat*

1. PENDAHULUAN

Stunting atau keterlambatan pertumbuhan merupakan masalah gizi kronis yang sering terjadi pada anak-anak di dunia, termasuk Indonesia (Simbolon, dkk, 2023). Stunting sendiri, dapat terlihat ketika anak memiliki tinggi badan lebih pendek dari tinggi badan normal yang seharusnya dimiliki oleh anak pada usia yang sama. Pada kasus anak yang mengalami stunting, tidak hanya pertumbuhan fisik yang berbeda dari anak seusianya, tetapi juga dapat mempengaruhi perkembangan kognitif dan kemampuan belajar anak. Berangkat dari kondisi dan urgensi tersebut, penting bagi kita semua untuk saling bekerjasama dalam melindungi generasi penerus bangsa dari stunting (Devi, Hikmah, Hidayati, & Nugrain, 2023).

Pencegahan *stunting* melalui dua langkah strategis. Pertama, kesamaan target untuk mengidentifikasi siapa-siapa yang harus menjadi target pencegahan *stunting* melalui intervensi sejak calon pengantin, ibu hamil, dan ibu yang memiliki anak balita. Kedua, bentuk intervensi. Intervensi terdiri dari dua bentuk yaitu intervensi spesifik dan intervensi sensitif. Intervensi spesifik berupa pemenuhan gizi berupa makanan tambahan serta pemenuhan protein balita (Fitri, Silvia, Dina, & Amelia, 2022).

Sementara itu intervensi sensitif meliputi perbaikan lingkungan keluarga, akses air bersih termasuk rumah yang layak huni. Selain dua strategi di atas, ada lima pilar dalam mengatasi *stunting* (Rohmah, Putriana, & Safitri, 2022). Pilar pertama, komitmen kepemimpinan harus berkelanjutan. Lalu, pilar kedua, literasi kepada masyarakat berupa komunikasi perubahan perilaku. Di sini kader-kader penyuluh kesehatan harus aktif melakukan proses pendampingan. Pilar ketiga, keterlibatan lintas sektor. Pilar keempat, pemenuhan gizi dengan memastikan pemenuhan kebutuhan gizi mudah, murah dan cepat. Sedangkan, pilar kelima memperkuat sistem pemantauan evaluasi (Ningrum, dkk, 2023).

Salah satu intervensi penurunan Stunting terintegrasi yang dilaksanakan oleh Kabupaten Deli Serdang yaitu Pengukuran dan Publikasi Stunting. Pengukuran dan publikasi angka stunting adalah upaya Kabupaten Deli Serdang untuk memperoleh data prevalensi stunting terkini pada skala layanan puskesmas, kecamatan, dan desa.

Stunting akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga tubuh anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir, akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 (dua) tahun. Dengan demikian periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) seharusnya mendapat perhatian khusus karena menjadi penentu tingkat pertumbuhan fisik, kecerdasan, dan produktivitas seseorang di masa depan (Widjayatri, Fitriani, & Tristyanto, 2020). Stunting disebabkan oleh faktor multi dimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi stunting adalah intervensi yang dilakukan pada 1.000 HPK dari anak balita. Pada Tahun 2023 prevalensi Kabupaten Deli Serdang sebesar 0,40%, dengan jumlah stunting 444 balita, di bandingkan dengan tahun 2022 sebesar 0,90% dengan jumlah 1172 balita terjadi penurunan angka prevalensi stunting sebesar 0,5%. Sementara berdasarkan Peraturan Presiden Nomor 72 tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting, Indonesia harus lepas dari stunting minimal sebesar 14 % (Salma, dkk, (2022).

Kecamatan Lubuk Pakam termasuk kedalam 10 lokus kecamatan penurunan dan percepatan pencegahan stunting. Salah satu desa yang dijadikan lokus penurunan dan percepatan pencegahan stunting yang berada di Kecamatan Lubuk Pakam, yaitu Desa Pagar Jati. Pada gambar 1 dapat dilihat bidan desa sedang melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran lingkaran kepala dan pengukuran tinggi badan terhadap balita stunting.



Gambar 1. Penimbangan berat badan dan pengukuran lingkaran kepala dan pengukuran tinggi badan balita stunting

Karena masih adanya kasus stunting didesa Pagar Jati maka harus diupayakan untuk bebas kasus stunting di desa tersebut. Salah satu upaya yang dilakukan dengan mengoptimalkan fungsi desa. Selain itu, membentuk tim DASHAT (Dapur Sehat Atasi Stunting) menuju bebas stunting. *DASHAT* merupakan kegiatan pemberdayaan masyarakat dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi keluarga berisiko stunting yang memiliki calon pengantin, ibu hamil, ibu menyusui, baduta/balita stunting terutama dari keluarga kurang mampu. Melalui pemanfaatan sumberdaya lokal (termasuk bahan pangan lokal) yang dapat dipadukan dengan sumberdaya/kontribusi dari mitra lainnya.

Kegiatan DASHAT sendiri mencakup edukasi perbaikan gizi dan konsumsi pangan ibu hamil, ibu menyusui, serta balita. Dalam hal ini, masyarakat akan diberi sosialisasi terkait pangan lokal yang terjangkau, bercita rasa, dan bergizi baik dan dipadukan dengan berbagai kegiatan kemitraan. Melalui model pengelolaan sosial, komersial dan kombinasi. Dengan adanya DAHSAT diharapkan setiap ibu hamil, ibu menyusui dan balita lebih diperhatikan asupan nutrisinya sehingga terlahir generasi penerus yang sehat dan berkualitas.

Permasalahan Mitra

Hasil diskusi dan wawancara dengan mitra bahwa permasalahan yang dihadapi bahwa sampai sekarang stunting di Desa Pagar Jati masih ada, masih banyak keluarga belum mampu secara ekonomi, dan lainnya. Untuk lebih jelasnya permasalahan yang dihadapi mitra dapat dirinci pada Tabel 1.

Tabel 1. Permasalahan Mitra

No	Permasalahan	Kendala Yang Dihadapi
1	Tingginya angka prevalensi stunting pada anak balita	Belum menemukan solusi dalam membebaskan stunting dan kurangnya pembiayaan untuk program yang dijalankan.
2	Ketersediaan dan kualitas SDM Pelaksana	Masih Kurangnya kapasitas dan pemahaman aparat desa, kader, dan masyarakat.
3	Pengetahuan dan Keterampilan mengelolah pangan lokal	Minimnya pengetahuan gizi, dana untuk mengolah makanan sehat dan terbatasnya pengetahuan dan keterampilan dalam memanfaatkan sumber pangan lokal untuk peningkatan ekonomi keluarga.
4	Pembentukan tim Dashat (Dapur Sehat Atasi Stunting)	Masih minimnya pendampingan dan pelatihan pada desa terhadap Tim Dashat.

Solusi

Terdapat beberapa masalah yang dihadapi Desa Pagar Jati terhadap stunting yang telah diuraikan sebelumnya. Solusi yang diberikan kepada mitra dalam pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Wilayah ini disepakati dapat menjawab permasalahan-permasalahan utama yang dihadapi Desa Pagar Jati sebagai mitra. Adapun pengusulan solusi kepada mitra sebagai berikut :

1. Dalam rangka penurunan angka stunting di Desa Pagar Jati solusi yang diberikan yaitu Pemberdayaan Masyarakat Melalui Dapur Sehat Atasi Stunting (*DASHAT*) Menuju Desa Bebas Stunting dengan memberikan pelatihan dan sosialisasi pendampingan dashat, penyuluhan gizi dan pencegahan stunting.
2. Solusi dalam pembuatan kuliner pangan adalah memberikan pelatihan pembuatan produk yang memiliki gizi baik dan seimbang baik untuk balita.
3. Solusi keberlanjutan adalah pemberian pendampingan kepada Kader melalui pendampingan Dashat (Dapur Sehat Atasi Stunting) dalam membuat kuliner pangan lokal.
4. Melakukan survey untuk mengetahui kondisi keluarga balita yang mengalami stunting.
5. Menyiapkan bahan-bahan kebutuhan sosialisasi pendamping dashat, penyuluhan gizi dan pencegahan stunting.
6. Penyusunan menu bersumber pangan lokal.
7. Memberikan pendampingan kepada Kader dalam pembuatan kuliner pangan lokal.

Pelaksanaan PKW ini diharapkan dapat memberikan penambahan pengetahuan dan keterampilan melalui penerapan secara langsung dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang terdapat di Desa Pagar Jati. Selain itu memberikan pengetahuan pentingnya pemanfaatan pangan lokal bagi pertumbuhan dan perkembangan anak dan remaja disertai dengan pengetahuan gizi, jenis-jenis pangan lokal dan contoh praktis dari menu pangan yang ada di Desa Pagar Jati tersebut bagi kader.

Target Capaian Luaran

Target utama dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pengetahuan bagi masyarakat sekitar Desa Pagar Jati tentang pengelolaan bahan pangan lokal dengan menggunakan bahan pangan sumber daya alam dan tanaman di desa tersebut yang dapat dimanfaatkan sebagai cara untuk mengatasi Stunting.

2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan PKW yang dilaksanakan untuk mengatasi permasalahan stunting yang dihadapi Desa Pagar Jati sebagai mitra dengan menggunakan metode sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan sebagai berikut :

1. Sosialisasi pendampingan dashat, penyuluhan gizi dan pencegahan stunting.
2. Pelatihan pembuatan produk pangan lokal melalui Dashat kepada anggota Kader KB, Kader PKK, Bidan Desa, Catin, ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita Stunting.
3. Pendampingan untuk pembuatan kuliner bahan lokal yang akan dilakukan Kader KB, Kader PKK, Bidan Desa, Catin, ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita Stunting.

Partisipasi Mitra

Pada kegiatan PKW yang bekerjasama dengan Desa Pagar Jati. Adapun partisipasi yang harus dilakukan oleh Desa Pagar Jati sebagai mitra diuraikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Rencana Kegiatan dan Partisipasi Mitra

No	Aspek Kegiatan	Metode Pendekatan	Target	Partisipasi Mitra
1	Survey dan FGD untuk mengetahui kondisi dan permasalahan yang dihadapi Masyarakat Pagar Jati	Observasi langsung ke Desa Pagar Jati sebagai mitra dan Wawancara pihak mitra	Profil mitra dan identifikasi permasalahan mitra	Menyiapkan data
2	Menyiapkan bahan-bahan kebutuhan sosialisasi pendamping dashat, penyuluhan gizi dan pencegahan stunting	Pendidikan dan pelatihan	Mampu memberikan penyuluhan gizi, pencegahan stunting	Aktif Mengikuti sosialisasi pendampingan dashat, penyuluhan gizi dan pencegahan stunting
3	Penyusunan menu bersumber pangan lokal	Penentuan Menu Sumber pangan lokal	Menu Kuliner pangan lokal	Mengikuti penyusunan menu bersumber pangan lokal
4	Memberikan pendampingan untuk pembuatan kuliner bahan lokal	Praktik pembuatan kuliner pangan lokal	Produk produk kuliner	Mengikuti pendampingan untuk pembuatan kuliner bahan lokal

Evaluasi Pelaksanaan Program dan Keberlangsungan Program

Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat wilayah dilaksanakan, maka komponen-komponen yang dievaluasi adalah sebagai berikut :

- Bahan-bahan yang digunakan dalam kegiatan
- Pembuatan dan pengolahan produk
- Sikap yang ditunjukkan mitra selama proses produksi

Keberlanjutan program pengabdian kepada masyarakat wilayah yaitu :

- Mitra dijadikan sebagai mitra binaan LPPM Unimed
- Melakukan pembinaan dan pendampingan oleh LPPM Unimed berdasarkan program-program yang direncanakan LPPM setiap tahun melalui Pendanaan PO-DIPA Unimed
- Merancang dan mengajukan proposal multi tahun ke DRPM

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan Pengabdian dihadiri oleh dosen dan mahasiswa tim pengabdian dari Universitas Negeri Medan, Camat Lubuk Pakam, Kepala Desa Pagar Jati, Kepala Puskesmas Desa Pagar Jati, Kader KB, Kader PKK, Bidan Desa, Catin, ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita Stunting. Kegiatan PKW dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 25 Juli 2024 di Aula Kantor Desa Pagar Jati. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 53 orang.

Pelaksanaan kegiatan dimulai pukul 09.00 Wib diawali dengan kata pembukaan oleh moderator tim PKW Unimed dilanjutkan dengan menyanyikan lagu Indonesia Raya, Mars Deli Serdang dan doa. Selanjutnya Ketua Pelaksana PKW memberikan Kata Sambutan, dilanjutkan lagi dengan kata sambutan dari Kepala Desa, Kepala Puskesmas dan terakhir kata sambutan dari Camat Lubuk Pakam sekaligus membuka acara kegiatan PKW.

Acara selanjutnya yaitu memberikan sosialisasi Stunting dengan tema "Pemberdayaan Masyarakat Melalui Dapur Sehat Atasi Stunting Menuju Desa Bebas Stunting". Sosialisasi disampaikan oleh anggota tim PKW kepada seluruh peserta kegiatan. Sebelum narasumber memberikan materi tentang Dapur Sehat Atasi Stunting Menuju Desa Bebas Stunting terlebih dahulu di berikan pre test kepada peserta untuk mengetahui sejauhmana pemahaman peserta tentang stunting. Karena kasus stunting sudah berjalan lebih dari 3 tahun dan sudah banyak yang memberikan sosialisasi tentang stunting. Setelah pre test dilaksanakan selanjutnya narasumber menyampaikan materi Dapur Sehat Atasi Stunting Menuju Desa Bebas Stunting. Selama kegiatan berlangsung peserta sangat antusias memberikan pertanyaan-pertanyaan kepada narasumber. Pada gambar 1.2.3.4.5 dan 6 dapat dilihat kegiatan yang dilaksanakan oleh tim PKW.



Gambar 1. Pembukaan acara oleh moderator tim PKW Unimed



Gambar 2. Kata Sambutan dari Ketua PKW Unimed



Gambar 3. Kata Sambutan dari Kepala Desa Pagar Jati



Gambar 4. Kata Sambutan dari Kepala Puskesmas Pagar Jati



Gambar 5. Kata Sambutan dari Camat Lubuk Pakam sekaligus membuka acara



Gambar 6. Peserta kegiatan ibu balita stunting dan kader

Acara selanjutnya yaitu Pelatihan pembuatan produk pangan lokal melalui Dashat kepada anggota Kader KB, Kader PKK, Bidan Desa, Catin, ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita Stunting. Kegiatan ini bertujuan untuk Mencegah stunting dengan cara mengajarkan pola memasak yg baik agar vitamin dan gizi pada makanan yang di konsumsi tetap terjaga gizinya dan menjadikan hidup sehat. Peserta mengikuti acara hingga slesai. Setelah mengikuti kegiatan ini peserta menjadi lebih memahami arti hidup sehat, cara memasak yg baik bagaimna serta menjaga sanitasi di lingkungan sekitar.

Kegiatan ini terlaksana dengan baik oleh tim PKW Unimed dan didukung pemerintah, Camat, Kepala desa, Kepala Puskesmas dan aparaturnya desa dan semua masyarakat yang ikut serta mensukseskan program Dashat dari tim PKW Unimed, sehingga dengan bantuan/fasilitasi desa dan para kader kegiatan Dashat terlaksana dengan sukses. Antusias peserta cukup baik. Peserta Bersama ibu balita stunting melakukan praktek mengolah makanan sesuai dengan menu yang di sediakan oleh tim PKW Unimed. Pada Gambar 7,8 dan 9 dapat dilihat kegiatan bersama mengolah makanan sehat untuk balita stunting, pemberian makan balita stunting dan penyerahan peralatan untuk mengolah makanan stunting serta foto Bersama semua peserta kegiatan.



Gambar 7. Kader, ibu balita sedang praktek mengolah makanan Dashat dan hasil olahan menu stunting Dashat



Gambar 8. Pemberian makan Balita stunting dan penyerahan peralatan memasak



Gambar 9. Foto Bersama dengan Tim Unimed, mahasiswa, kepala desa, kapus, kader dan seluruh peserta kegiatan

Secara umum kegiatan PKW ini berhasil dengan baik, ditinjau dari keberhasilan yang sudah tercapai yaitu :

1. Mitra memiliki pengetahuan tentang membuat mengolah makanan DASHAT dengan baik.
2. Mitra berpartisipasi aktif pada kegiatan PKW.
3. Mitra terampil mengolah menu DASHAT.

Kegiatan yang sudah dilakukan secara rinci dapat di uraikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil kegiatan tim PKW Unimed

No	Kegiatan	Hasil Kegiatan
1	Pertemuan tim pelaksanaan untuk membahas jadwal kegiatan dan pembagian tugas	Tersusunnya jadwal kegiatan dan mekanisme pelaksanaan kegiatan.
2	Survei kelokasi untuk mendapatkan kesepakatan dalam pelaksanaan kegiatan	Kesepakatan jadwal kegiatan dan mekanisme pelaksanaan
3	Pembelian bahan dan peralatan yang dibutuhkan	Bahan dan alat yang diperlukan tersedia
4	Penyusunan menu DASHAT	Menu DASHAT tersedia
5	Praktek menu DASHAT	Kader posyandu dan ibu balita dapat mengolah menu DASHAT dengan baik sesuai dengan yang diharapkan
7	Pembukaan kegiatan yang dilaksanakan oleh ketua/anggota dan peserta mitra dan di buka oleh Camat	Terlaksananya kegiatan
8	Pemberian materi tentang Stunting	Adanya pengetahuan masyarakat tentang Stunting
9	Penyerahan peralatan mengolah menu DASHAT	Mitra menerima peralatan mengolah menu DASHAT
10	Pelatihan menu DASHAT	Peserta dapat mengolah menu dengan baik
11	Pendampingan dan bimbingan	Peserta didampingi dalam pengolahan menu DASHAT

Pembahasan

Tujuan Dapur Sehat Atasi Stunting (Dashat) dalam upaya mengatasi stunting yang dilakukan oleh Tim PKW Unimed adalah untuk memberikan edukasi dan pemahaman kepada ibu-ibu di Desa Pagar Jati Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang tentang pentingnya gizi seimbang bagi anak untuk mencegah stunting. Dapur sehat juga bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang cara mengatur dan memasak makanan yang sehat dan bergizi. Dengan adanya dapur sehat, diharapkan ibu-ibu bisa mempersiapkan makanan yang lebih baik dan seimbang bagi anak-anak mereka, sehingga dapat mengurangi risiko stunting dan menunjang tumbuh kembang serta masa depan yang lebih baik bagi anak-anak Indonesia pada umumnya dan di Desa Pagar Jati Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang pada khususnya.

Dashat juga merupakan kegiatan pemberdayaan Keluarga dalam upaya pemenuhan gizi seimbang bagi keluarga berisiko stunting baik calon pengantin, ibu hamil, ibu menyusui, baduta/balita stunting dengan sasaran keluarga rawan stunting (KRS), dengan berbagi pengetahuan tentang pengertian stunting, resiko stunting serta cara pencegahan stunting. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada keluarga berisiko stunting tentang makanan yang sehat dan seimbang, dengan pemberdayaan potensi lokal yang ada, yang bisa didapatkan dengan harga yang lebih murah namun memenuhi kriteria makanan yang sehat dan bergizi seimbang. Kegiatan ini diantaranya di hadiri oleh Catin, Keluarga Berisiko stunting yang memiliki Baduta dan bayi dibawah dua tahun serta sedang ibu hamil dan ibu menyusui.

Setelah mengikuti kegiatan ini peserta diharapkan bisa mempraktekkan pemenuhan makanan yang baik sehat dan bergizi seimbang, serta mampu menyajikan makanan yang tepat sesuai dengan kriteria Keluarga dan anak baik penyajian untuk Bayi umur 6-8 bulan, bayi umur 9-11 bulan, balita, ibu hamil, Catin, dan Ibu menyusui. Upaya pencegahan stunting agar tidak terjadi pada anak-anak di Indonesia yaitu memenuhi kebutuhan gizi anak yang sesuai pada 1000 hari pertama kehidupan anak. Pemenuhan kebutuhan asupan nutrisi bagi ibu hamil. Konsumsi protein pada menu harian untuk balita usia di atas 6 bulan dengan kadar protein sesuai dengan usianya. Menjaga kebersihan sanitasi dan memenuhi kebutuhan air bersih.

Salah satu upaya untuk mencegah terjadinya stunting adalah dengan rutin membawa balita untuk mengikuti posyandu minimal satu bulan sekali. Anak-anak usia balita akan ditimbang dan diukur berat badan serta tingginya sehingga akan diketahui secara rutin apakah balita tersebut mengalami stunting atau tidak. Dengan memperhatikan kebutuhan asupan nutrisi balita

sejak dalam kandungan hingga 1000 hari pertama kehidupan maka bisa mencegah dari stunting. Sehingga anak-anak bisa tumbuh dengan baik baik secara fisik maupun mental.

Semua masyarakat sebaiknya memahami Pesan ABCDE bebas stunting yaitu : (A) Aktif minum Tablet Tambah Darah yaitu Konsumsi TTD bagi remaja putri 1 tablet seminggu sekali. Konsumsi TTD bagi Ibu hamil 1 tablet setiap hari (minimal 90 tablet selama kehamilan). (B) Bumil teratur periksa kehamilan minimal 6 kali. Periksa kehamilan minimal 6 (enam) kali, 2 (dua) kali oleh dokter menggunakan USG. (C) Cukupi konsumsi protein hewani. Konsumsi protein hewani setiap hari bagi bayi usia di atas 6 bulan. (D) Datang ke Posyandu setiap bulan. Datang dan lakukan pemantauan pertumbuhan (timbang dan ukur) dan perkembangan, serta imunisasi balita ke posyandu setiap bulan. (E) Eksklusif ASI 6 bulan. ASI eksklusif selama 6 bulan dilanjutkan hingga usia 2 tahun.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan PKW ini maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pelaksanaan PKW berjalan dengan baik dan dapat menambah pengetahuan kader dan ibu balita.
2. Kegiatan sosialisasi yang sudah dilaksanakan dapat meningkatkan pengetahuan kader, yaitu pengetahuan tentang stunting, mengolah menu stunting sesuai dengan materi yang diberikan.
3. Pendampingan kader Tim DASHAT tetap dilakukan oleh bidan desa dan tenaga pelaksana gizi puskesmas.
4. Berdasarkan evaluasi yang dilakukan, maka Pemerintah Kota Deli Serdang diharapkan selalu memberikan perhatian khusus kepada balita stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim PKW Unimed mengucapkan terima kasih kepada LPPM Universitas Negeri Medan atas dukungan dana dan program pendampingan Tim PKW sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Devi, D. P. S., Hikmah, N., Hidayati, F. A. N., & Nugraini, A. S. (2023). Peningkatan Pengetahuan Kader Stunting Di Wilayah Binaan Puskesmas Bringin Melalui Edukasi Berbasis Digital Dengan Metode Brainstorming Di Era Globalisasi Dalam Pencegahan Stunting. *Gemassika: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 133-139.
- Fitri, R. P., Silvia, F., Dina, R. D., & Amelia, N. (2022). Pkm Mewujudkan Keluarga Berkualitas Melalui Upaya Pencegahan Stunting Dengan Pembuatan Makanan Sehat Dan Bergizi "Olahan Naget Tempe" Di Kelurahan Tanjung Rhu. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 115-117.
- Ningrum, D., Lindayani, E., Faozi, A., Ma'ruf, N. M., & Fauziyah, R. N. (2023). Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Makanan Sehat untuk Mencegah Stunting pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 12-19.
- Rohmah, F. N., Putriana, D., & Safitri, T. A. (2022). Berdayakan Masyarakat Cegah Stunting Dengan Mengolah Bahan Pangan Potensi Lokal. *Masyarakat Berdaya Dan Inovasi*, 3(2), 114-117.
- Simbolon, D., Meriwati, M., Okfrianti, Y., Sari, A. P., & Yuniarti, P. (2023). Peningkatan Kemampuan Kader Dalam Deteksi Risiko Stunting di Desa Riak Siabun Kabupaten Seluma Bengkulu. *Kontribusi: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 116-128.
- Salma, W. O., Putri, N. S., Wijaya, I. M. A. S., & Selomo, C. D. (2022). Verifikasi dan Audit Kasus Stunting Melalui Kegiatan PKM di Kelurahan Tobimeita Kecamatan Nambo Kota Kendari. *Jurnal Pengabdian Meambo*, 1(2), 196-201.
- Widjayatri, R. D., Fitriani, Y., & Tristyanto, B. (2020). Sosialisasi Pengaruh Stunting Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 16-27.