

## UPAYA PENCEGAHAN STUNTING MELALUI OLAHAN TINGGI PROTEIN UNTUK USIA TODDLER

Citra Putri Ambarwati<sup>1</sup>, Maulida Izzatin Ni'mah<sup>2</sup>

<sup>12</sup>Prodi S1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan Bisnis Dan Teknologi, Universitas Widya Husada Semarang  
email: citraambar180@gmail.com

### Abstrak

Banyak faktor yang dapat menyebabkan stunting, salah satu factor adalah pola asuh ibu terhadap balita. Pola asuh berkaitan erat dengan tingkat pengetahuan ibu. Pengetahuan yang kurang menyebabkan pola asuh ibu kurang sehingga dapat meningkatkan risiko kejadian stunting pada balita. Stunting dapat berdampak terhadap perkembangan otak, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek dapat berpengaruh pada kemampuan kognitif anak, sementara dalam jangka panjang dapat mempengaruhi kapasitas berpendidikan dan hilangnya kesempatan untuk peluang kerja dengan pendapatan lebih baik. Tujuan penelitian upaya pencegahan stunting melalui olahan tinggi protein untuk usia toodler . Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan olahan tinggi protein dengan pencegahan Stunting pada usia toodler. Bagi tenaga kesehatan hendaknya terus meningkatkan penyuluhan-penyuluhan kesehatan kepada masyarakat khususnya bagi ibu maupun calon ibu terkait dengan stunting sehingga dapat menekan angka kejadian stunting yang sangat merupakan kesehatan masyarakat. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara stunting dengan olahan tinggi protein yaitu: (1) mendorong dan memberi stimulan untuk meningkatkan pengetahuan pola asuh ibu terhadap balita. (2) mencegah risiko stunting terhadap usia toodler.

**Kata Kunci:** Pencegahan Stunting, Olahan Tinggi Protein, Usia Toodler

### Abstract

Many factors can cause stunting, one factor is the mother's parenting style towards toddlers. Parenting styles are closely related to the mother's level of knowledge. Insufficient knowledge causes maternal parenting to be inadequate, which can increase the risk of stunting in toddlers. Stunting can have an impact on brain development, both in the short and long term. In the short term it can affect children's cognitive abilities, while in the long term it can affect their educational capacity and loss of opportunities for better income employment opportunities. The aim of the research is efforts to prevent stunting through high protein preparations for the toodler age. This shows that there is a relationship between processed high protein and the prevention of stunting in the toodler age. Health workers should continue to increase health education to the community, especially for mothers and expectant mothers regarding stunting so that they can reduce the incidence of stunting which is very important for public health. The research results show that there is a relationship between stunting and high-protein preparations, namely: (1) encouraging and providing stimulants to increase knowledge of mothers' parenting patterns for toddlers. (2) preventing the risk of stunting as the toodler ages.

**Keywords:** Stunting Prevention, High Protein Preparations, Toodler Age

### PENDAHULUAN

Masalah stunting pada anak balita masih menjadi masalah kesehatan terutama di negara berkembang. Pada tahun 2019 persentase stunting secara global adalah 21,3 persen atau diperkirakan 144 juta anak usia di bawah 5 tahun mengalami stunting. Pada tahun 2019, terdapat tujuh wilayah yang memiliki prevalensi stunting yang tinggi dan sangat tinggi, yaitu negara kepulauan di Oceania, Afrika timur, Asia Selatan, Afrika tengah, Afrika Selatan, Afrika barat dan Asia Tenggara dimana Indonesia termasuk di dalamnya. Berdasarkan data WHO tahun 2016, di wilayah Asia Tenggara prevalensi balita stunting mencapai 33,8%. Pada tahun 2011, Indonesia berada di peringkat lima dari 81 negara dengan jumlah anak stunting terbesar di dunia yang mencapai 7.547.000 anak. Indonesia dilaporkan memiliki jumlah anak stunting yang lebih besar daripada beberapa negara Afrika, seperti Ethiopia, Republik Demokratik Kongo, Kenya, Uganda, dan Sudan. Selama tahun 2007-2011, kejadian stunting menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 adalah 10,2% sedangkan prevalensi stunting pada anak balita 30,8%. Banyak faktor yang dapat menyebabkan stunting, salah satu factor adalah pola asuh ibu terhadap balita. Pola asuh berkaitan erat dengan tingkat pengetahuan ibu. Pengetahuan yang kurang menyebabkan pola asuh ibu kurang sehingga dapat meningkatkan risiko

kejadian stunting pada balita. Stunting dapat berdampak terhadap perkembangan otak, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek dapat berpengaruh pada kemampuan kognitif anak, sementara dalam jangka panjang dapat mempengaruhi kapasitas berpendidikan dan hilangnya kesempatan untuk peluang kerja dengan pendapatan lebih baik. Mengacu pada permasalahan diatas kami akan memulai sebuah usaha yang dimana usaha ini ingin melakukan upaya pencegahan stunting melalui olahan tinggi protein untuk usia toodler, Kami berinovasi menggunakan bahan seperti teri, udang dan keju dikarenakan dalam kandungan teri tersebut mengandung omega 3, floor, dan vitamin K, didalam udang mengandung magnesium, fosfor, dan omega 3, serta keju mengandung vitamin C, zat besi, vitamin B6, dan magnesium yang bermanfaat untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak serta dapat mencerdaskan otak anak.

Target atau sasaran kami dalam melakukan usaha untuk mencegah stunting adalah anak pada usia toodler yaitu pada usia 1-3 tahun. Dikarenakan pada usia tersebut masih memerlukan perhatian khusus dalam perkembangan fisik serta mental anak. Untuk pemasaran akan dilakukan dengan menyebarkan produk ke posyandu, puskesmas dan ibu-ibu PKK dikarenakan lokasi tersebut mudah menarik perhatian target, dan juga melalui media sosial seperti instagram, tiktok, facebook dan lain sebagainya. Produk tersebut akan dikemas melalui bungkus atau wadah yang menarik sehingga akan membuat target tertarik dengan produk tersebut.

## METODE

### Teknik Pembuatan Produk

- a. Siapkan alat dan bahan
- b. Langkah pertama siapkan 30 lembar daun pandan, kemudian potong-potong setelah itu diremas sampai mengeluarkan air kemudian saring hingga bersih.
- c. Kedua, siapkan 1kg ayam lalu masukkan kedalam panci selama 1 jam, setelah itu pisahkan ayam dan airnya sebagai bahan kaldu alami
- d. Ketiga, didihkan air panas 500 ml kemudian masukkan pewarna dari daun pandan tadi
- e. Keempat, masukkan 5kg tepung terigu kedalam wadah, kemudian masukkan telur sebanyak 15 butir, masukkan garam 2 sendok, gula 1 sendok.
- f. Kelima, aduk adonan secara merata kemudian masukkan kaldu ayam tadi secukupnya.
- g. Keenam, setelah semuanya teraduk merata masukkan pewarna alami dari daun pandan tadi secukupnya sampai adonan berwarna hijau
- h. Ketujuh, setelah itu Giling tipis di gilingan mie dengan ketebalan no. 8 (paling tebal no. 1).
- i. Kedelapan, potong dengan pemotong mie, setelah itu taburkan sedikit terigu supaya tidak lengket.
- j. Kesembilan, didihkan 1.000 ml air dan 1 sendok teh minyak goreng. Masukkan mi. Rebus hingga matang. Angkat dan tiriskan. Siram dengan air dingin.
- k. Setelah dingin masukkan mie kedalam plastik yang sudah disediakan
- l. Terakhir, mie siap disajikan dan dijual

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini berfokus pada upaya mendorong dan memberi stimulan untuk meningkatkan pengetahuan pola asuh ibu terhadap balita dalam pencegahan stunting melalui promosi kesehatan menu seimbang berbasis pangan lokal dan praktik pembuatan menu mie dari ayam untuk anak usia toodler yaitu pada usia 1-3 tahun. Intervensi promosi kesehatan melalui pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan tentang menu seimbang berbasis pangan lokal pada ibu anak balita sehingga terjadi perubahan pengetahuan, sikap dan praktik pemberian MP ASI setelah diberikan intervensi penyuluhan gizi.

Pada kegiatan ini, promosi menu seimbang dilakukan sesuai Panduan Menu menu mie dari ayam untuk anak usia toodler. Penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media promosi yang sesuai secara signifikan dapat meningkatkan rata-rata pengetahuan dan sikap positif pada ibu tentang perilaku pencegahan stunting. Kegiatan pemberdayaan masyarakat dipercaya meningkatkan pengetahuan pada kelompok sasaran karena diberikan oleh masyarakat yang menjadi bagian dari mereka sendiri. Strategi ini telah terbukti bermanfaat dan menguntungkan bagi pengembangan dan berkontribusi membangun masyarakat yang sehat serta menghasilkan modal sosial yang bersumber dari masyarakat. Modal sosial terikat dengan komunitas, secara tradisional merupakan aset sosial publik yang dapat diakses oleh semua orang tanpa batasan dan diskriminasi.

Hasil evaluasi ibu dapat menunjukkan hasil olahan menu berbahan dasar ayam hasil ini sebelumnya bahwa kombinasi metode demonstrasi dan ceramah dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku pada kelompok sasaran.

Penyuluhan pemanfaatan makanan lokal untuk meningkatkan status gizi anak perlu dilakukan kepada ibu atau orang terdekat yang menyiapkan makanan anak. Intervensi tidak langsung melalui pelatihan gizi dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku kelompok sasaran. Dalam merencanakan pendidikan gizi, model peran yang ditawarkan oleh promotor kesehatan harus mendorong intervensi yang dikembangkan.



Gambar 1. Hasil penilaian penyajian menu didapatkan kelompok 1 dengan skor rerata 17, kelompok 2 dengan skor rerata 23 dan kelompok 3 dengan skor rerata 16.

Peningkatan kemampuan ibu balita dalam pengolahan bahan makanan berbasis pangan ikan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini kemungkinan karena metode yang digunakan. Hal ini sesuai dengan pendapat sebelumnya bahwa dalam memberikan pendidikan kesehatan, promotor kesehatan harus menciptakan, mengelola, memantau, memilih media dan metoda promosi.

Tahapan akhir kegiatan ini berupa penyusunan Rencana Tindak Lanjut (RTL). RTL ini bertujuan menyimpulkan seluruh kegiatan serta upaya keberlangsungan kegiatan dimasa yang akan datang. Kegiatan ini mendukung temuan terdahulu bahwa RTL dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam membuat perencanaan program kegiatan berikutnya. Melakukan pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan salah satu upaya dalam pencegahan stunting.

## SARAN

Adanya pemantauan dan tindakan berkelanjutan dibutuhkan mengenai pencegahan stunting ini tetap terus berlanjut. Pelibatan mahasiswa dalam kegiatan ini memberikan banyak manfaat positif dengan mendapatkan ilmu dan pengalaman dan dapat mengaplikasikan ilmu yang mereka dapat, sehingga pengetahuan orang tua khususnya pola asuh ibu dapat meningkat mengenai pencegahan stunting pada balita.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami berikan kepada seluruh masyarakat yang telah mengizinkan kami untuk melakukan kegiatan penyuluhan, dan kami ucapkan terima kasih kepada UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan kami berjalan dengan lancar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, M. (2019). Sifat Fisikokimia Roti Yang Dibuat Dengan Bahan Dasar Tepung Terigu Yang Ditambah Berbagai Jenis Gula. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 6(1), 52–56.
- Atamou, L., Rahmadiyah, D. C., Hassan, H., & Setiawan, A. (2023). Analysis of the Determinants of Stunting among Children Aged below Five Years in Stunting Locus Villages in Indonesia. *Healthcare (Switzerland)*, 11(6), 1–12.
- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, 14(4), 1–10.
- Hestin. (2021). Terhadap Kandungan Protein, Kalsium, Dan Organoleptik Cookies. *Journal of Nutrition College*, 2(3), 382–390.
- Irferamuna, A., Yulastri, A., & . Y. (2019). Formulasi Biskuit Berbasis Tepung Jagung Sebagai Alternatif Camilan Bergizi. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 8(2).
- Prendergast, A. J., & Humphrey, J. H. (2019). The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), 250–265.

- Sari, D. N., Zisca, R., & Astuti, Y. (2023). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting program ini ( Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi , 2017 ). tumbuh kembang pada anak , dimana tinggi badan anak lebih besar atau kurang dari standar Gambar 1 . Perbandingan % An. 4(1), 85–94.
- Yani, D. I., Rahayuwati, L., Sari, C. W. M., Komariah, M., & Fauziah, S. R. (2023). Family Household Characteristics and Stunting: An Update Scoping Review. *Nutrients*, 15(1), 1–17.