

## PENCEGAHAN STUNTING MELALUI KUDAPAN: PEMBERDAYAAN KADER DI PONDOK PESANTREN AL HIKAM BANGKALAN

Nailul Huda<sup>1</sup>, Mery Susanti<sup>2</sup>, Firdaus<sup>3</sup>, M. Kevin Bintang Saputra<sup>4</sup>, Deanita Rohma<sup>5</sup>,  
Nur Sophia Matin<sup>6</sup>

<sup>1,2,4,5</sup>) Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

<sup>3</sup>) Program Studi Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

<sup>6</sup>) Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

*e-mail: dr.nailul@unusa.ac.id*

### Abstrak

Stunting adalah gagal tumbuh pada anak balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang, terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) karena kekurangan unsur seng (Zn). Selain itu, stunting juga merupakan masalah gizi yang berlangsung lama. Hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) yang dilakukan pada tahun 2019 menunjukkan bahwa 27,67% anak di Indonesia mengalami stunting. Ini berarti bahwa 3 dari setiap 10 anak di Indonesia mengalami stunting. Mirisnya, angka ini masih di atas batas 20% yang ditetapkan oleh World Health Organization (WHO). Ada banyak penyebab stunting di Indonesia, termasuk faktor terdekat seperti status gizi ibu, praktik menyusui, dan praktik pemberian makanan pendamping. Sebuah penelitian juga mengungkapkan bahwa pengetahuan ibu tentang stunting masih tergolong rendah, sehingga perlu adanya upaya promosi kesehatan untuk mengurangi kasus stunting. Selain itu, ibu juga harus memahami bahwa asupan bahan makanan energi dan protein diperlukan guna pencegahan stunting. Asupan protein yang rendah merupakan faktor risiko kejadian stunting pada primer anak usia sekolah. Pemberian edukasi mengenai menu tinggi protein tidak hanya diberikan kepada ibu secara langsung, namun juga bisa diberikan kepada kelompok-kelompok masyarakat. Salah satu kelompok masyarakat yang bisa diberikan edukasi adalah kader pondok pesantren, dimana mereka bisa memberikan pengaruh di lingkungan pondok, sekitar rumah, atau keluarga mereka sendiri. Atas dasar itulah, FK UNUSA terdorong untuk turut mengambil bagian dalam sosialisasi menu tinggi protein kepada pondok pesantren. Adapun pondok yang digandeng sebagai mitra adalah Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan. Pihak FK UNUSA mendorong Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan untuk berperan dalam menyediakan menu tinggi protein kepada para santri. Diperlukan pengabdian dan pendampingan lebih lanjut baik kepada para kader maupun asatidz/asatidzah, khususnya terkait strategi dalam meningkatkan konsumsi protein para santri di pondok pesantren.

**Kata kunci:** Stunting, Protein, Kudapan, Kader, Pondok Pesantren

### Abstract

Stunting is a failure to thrive in toddlers caused by long-term malnutrition, especially in the First 1000 Days of Life (HPK) due to a lack of zinc (Zn). In addition, stunting is also a long-term nutritional problem. The results of the Indonesian Toddler Nutrition Status Survey (SSGBI) conducted in 2019 showed that 27.67% of children in Indonesia experience stunting. This means that 3 out of every 10 children in Indonesia experience stunting. Sadly, this figure is still above the 20% limit set by the World Health Organization (WHO). There are many causes of stunting in Indonesia, including immediate factors such as maternal nutritional status, breastfeeding practices, and complementary feeding practices. A study also revealed that mothers' knowledge about stunting is still relatively low, so health promotion efforts are needed to reduce stunting cases. In addition, mothers must also understand that intake of energy and protein foods is needed to prevent stunting. Low protein intake is a risk factor for stunting in primary school-age children. Providing education about high-protein menus is not only given to mothers directly, but can also be given to community groups. One of the community groups that can be given education is the cadres of Islamic boarding schools, where they can influence the environment of the boarding school, around their homes, or their own families. On that basis, FK UNUSA was encouraged to take part in the socialization of high-protein menus to Islamic boarding schools. The boarding school that was partnered with was the Al Hikam Bangkalan Islamic Boarding School. FK UNUSA encouraged the Al Hikam Bangkalan Islamic Boarding School to play a role in providing high-protein menus to students. Further dedication and assistance are needed for both cadres and asatidz/asatidzah, especially regarding strategies for increasing protein consumption of students in Islamic boarding schools.

**Keywords:** Stunting, Protein, Snacks, Cadres, Islamic Boarding School

## PENDAHULUAN

Hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) pada tahun 2019 menunjukkan bahwa prevalensi stunting mencapai 27,67 persen. Artinya, setiap 10 anak Indonesia, ada 3 orang di antaranya yang mengalami stunting. Angka ini juga masih di atas batas yang disyaratkan oleh *World Health Organization* (WHO) yaitu 20 persen. Untuk diketahui, stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) akibat kekurangan unsur seng (Zn). Peneliti Madya Bidang Kepakaran Pangan dan Gizi di Pusat Penelitian Teknologi Tepat Guna (P2TTG) Lembaga Ilmu Penelitian Indonesia (LIPI), mengungkapkan, permasalahan gizi anak merupakan salah satu risiko dampak sosio-ekonomi terhadap anak-anak yang ditimbulkan oleh pandemi Covid-19. Saat pandemi ini terdapat 24 juta balita berisiko lebih tinggi mengalami kurang gizi atau gizi buruk selama masa pandemi Covid-19. Sementara itu, stunting juga menjadi persoalan pangan yang berkepanjangan.

Variasi dalam paparan populasi terhadap faktor penentu anak stunting dan kebutuhan untuk menargetkan dan menyesuaikan intervensi untuk yang paling rentan. Ada banyak potensi penyebab stunting di Indonesia, termasuk faktor terdekat seperti status gizi ibu, praktik menyusui, dan praktik pemberian makanan pendamping (Tumilowicz et al., 2018).

Prevalensi balita pendek selanjutnya akan diperoleh dari hasil Riskesdas tahun 2018 yang juga menjadi ukuran keberhasilan program yang sudah diupayakan oleh pemerintah. Survei PSG diselenggarakan sebagai monitoring dan evaluasi kegiatan dan capaian program. Berdasarkan hasil PSG tahun 2015, prevalensi balita pendek di Indonesia adalah 29%. Angka ini mengalami penurunan pada tahun 2016 menjadi 27,5%. Namun prevalensi balita pendek kembali meningkat menjadi 29,6% pada tahun 2017 (Rahmadhita, 2020).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa intervensi yang mengintegrasikan rumah tangga rawan pangan dalam program gizi di kabupaten tersebut dapat membantu menghindari beban stunting (Arief Ardianto, Faisal Ibnu, 2017). Hasil penelitian mengungkapkan bahwa pengetahuan ibu tentang stunting masih tergolong rendah, sehingga perlu adanya upaya promosi kesehatan untuk mengurangi kasus stunting (Hall Cougar, et al., 2018). Asupan bahan makanan energi dan protein diperlukan guna pencegahan stunting (Laurus et al., 2016). Asupan protein yang rendah merupakan faktor risiko kejadian stunting pada primer anak usia sekolah. Berdasarkan beberapa hasil penelitian di atas, perlu adanya usaha-usaha yang dilakukan untuk mencegah peningkatan stunting, salah satunya melalui menu tinggi kalori.

Pemberian edukasi mengenai menu tinggi kalori tidak hanya diberikan kepada ibu secara langsung, namun juga bisa diberikan kepada kelompok-kelompok masyarakat. Salah satu kelompok masyarakat yang bisa diberikan edukasi adalah kader pondok pesantren, dimana mereka bisa memberikan pengaruh di lingkungan pondok, sekitar rumah, atau keluarga mereka sendiri. Hal ini mendorong tim untuk melakukan pemberdayaan kader dalam membuat kudapan tinggi kalori pencegah stunting di salah satu pondok pesantren, yakni Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan.

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan kesehatan dengan topik “Pencegahan Stunting melalui Kudapan: Pemberdayaan Kader di Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan” bertujuan meningkatkan pengetahuan para kader di lingkungan pondok pesantren tentang kudapan tinggi protein serta upaya yang dapat dilakukan untuk meminimalkan resiko stunting. Rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Juni hingga Juli 2024. Berikut ini merupakan tahapan pelaksanaan kegiatan

### Persiapan

#### Identifikasi lokasi mitra

Pada tahap ini tim pengabdian masyarakat FK UNUSA melakukan observasi dan survei lapangan secara langsung ke lingkungan Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan. Berdasarkan hasil observasi lapangan tersebut, tim pengabdian masyarakat FK UNUSA memutuskan bahwa kegiatan pengabdian ini sangat penting dilakukan di lingkungan pondok pesantren. Hal ini merujuk pada terdapat pergeseran karakteristik demografi pada insiden stunting, bahwa insiden stunting di Bangkalan cukup tinggi. Sehingga pemberian edukasi sedini mungkin tentang stunting, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman serta kewaspadaan dini sehingga timbul kesadaran diri untuk mulai memperbaiki pola hidup guna meminimalisir resiko terjadinya stunting.

#### Rapat koordinasi dengan mitra

Setelah permasalahan utama mitra dapat diidentifikasi, maka selanjutnya tim pengabdian masyarakat FK UNUSA melakukan rapat koordinasi dengan pengurus Pondok Pesantren Al Hikam

Bangkalan. Rapat koordinasi ini juga memuat agenda pengurusan perijinan untuk melaksanakan kegiatan dan menjelaskan gambaran pelaksanaan kegiatan yang berupa penyuluhan kesehatan.

### Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dibagi menjadi 2 kegiatan yaitu:

Semua peserta kegiatan yang telah mengisi daftar hadir, dipersilahkan masuk ke aula utama dan selanjutnya tim pengabdian masyarakat akan membagikan lembar pre-test. Peserta diberi waktu selama 15 menit untuk menjawab pertanyaan pada lembar pre-test. Pre-test dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan serta pemahaman peserta sebelum materi stunting diberikan. Hasil analisis perbandingan kuantitatif antara pre-test dan post-test yang dilakukan di akhir kegiatan juga menjadi bahan evaluasi keberhasilan program.

Pemaparan materi dilakukan oleh penyaji materi dari tim pengabdian masyarakat FK UNUSA menggunakan media bantu berupa PowerPoint dan leaflet. Setelah pemaparan materi, terdapat sesi diskusi kelompok dan sesi tanya jawab antara peserta kegiatan dengan pemateri kurang lebih selama 20 menit. Peserta kegiatan dapat mengajukan pertanyaan kepada pemateri kemudian dari pertanyaan-pertanyaan tersebut dijadikan sebagai ide diskusi kelompok. Setelah sesi diskusi berakhir, tim akan membagikan lembar post-test. Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan sesi dokumentasi, dilanjutkan dengan penutupan dan do'a bersama.

### Evaluasi

Penilaian tingkat pengetahuan dan pemahaman peserta kegiatan terhadap materi yang diberikan termasuk dalam tahap evaluasi kegiatan. Tingkat pengetahuan peserta yang diketahui dari perbandingan hasil rata-rata nilai pre-test dan post-test kemudian dianalisis menggunakan *software* SPSS26 dengan uji *Paired T test*. Hasil evaluasi yang didapatkan dapat digunakan sebagai dasar kerjasama atau kemitraan dalam bidang kesehatan yang lebih luas antara Fakultas Kedokteran Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya (FK UNUSA) dan Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dengan materi Pencegahan Stunting melalui Kudapan: Pemberdayaan Kader di Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan, diawali dengan *pretest* dan diakhiri dengan *posttest* dengan membagikan pertanyaan seputar topik stunting dan pencegahannya. Penyuluhan diikuti oleh 23 orang responden, dimana perolehan nilai *pretest* dan *posttest* tergambar melalui gambar berikut.

Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*, nilai rata-rata yang diperoleh untuk *pretest* dan *posttest*; 5,6 untuk *pretest* dan 8,2 untuk *posttest*. Dari hasil yang diperoleh, dilakukan uji *paired sample T test*, yaitu sebuah pengujian analisa data yang digunakan untuk membandingkan selisih dua *mean* dari dua sampel yang berpasangan dengan asumsi data berdistribusi normal. Sampel berpasangan berasal dari subjek yang sama, setiap variabel diambil saat situasi dan keadaan yang berbeda. Setelah dilakukan uji tersebut menggunakan aplikasi *SPSS 26*, didapatkan nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar 0,000. Angka tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test*, sehingga disimpulkan penyuluhan yang diberikan memberi pengaruh yang bermakna.

Salah satu keunikan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pelaksanaannya ditujukan khusus untuk kader, yang merupakan *asatidzah* dari pondok pesantren. Pendidikan kesehatan yang sangat penting dalam pencegahan stunting memerlukan peran besar dari pendidik kesehatan, dimana dalam Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan dilakukan oleh *asatidzah* yang mayoritas tidak memiliki latar belakang pendidikan di bidang kesehatan.

Sebuah penelitian di Arab Saudi menunjukkan bahwa sekitar dua pertiga dari pendidik kesehatan tidak memiliki rencana yang jelas untuk program pendidikan kesehatan di sekolah mereka. Mereka mengeluhkan kurangnya persiapan untuk bertugas di bidang pendidikan kesehatan, serta membutuhkan program pelatihan keterampilan pendidikan kesehatan. Terlebih sebagian besar dari mereka memiliki gelar sarjana dalam spesialisasi pendidikan yang berbeda, bukan di bidang kesehatan. Masalah tersebut perlu dirumuskan solusinya bersama, mengingat sangatlah penting bagi sekolah untuk menetapkan kebijakan dan rencana pendidikan kesehatan untuk memastikan bahwa; tujuan program kesehatan sekolah terpenuhi dan pesan kesehatan yang benar disampaikan dengan baik kepada siswa, guru, atau orang tua (Almohaithef & Elsayed, 2019).

Artikel lain menyebutkan bahwa guru yang telah mendapat pelatihan promosi kesehatan cenderung lebih sering terlibat dalam praktik promosi kesehatan dan memiliki pendekatan pendidikan kesehatan yang komprehensif (Auvregne & Minho, 2009). Persiapan guru untuk pendidikan kesehatan harus memiliki kompetensi dan standar yang ditetapkan oleh badan profesional, dimana berfungsi sebagai dasar untuk praktik profesional dan kerangka kerja (Vamos, n.d.). Merupakan hal yang sangat penting untuk memastikan bahwa pendidik kesehatan mendapatkan pelatihan untuk bekerja di bidang

pendidikan kesehatan. Sehingga, kegiatan pengabdian ini dapat menjadi salah satu solusi dari masalah terkait urgensi persiapan dan pelatihan untuk pendidik kesehatan di pondok pesantren.

### **SIMPULAN**

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan kesehatan di lingkungan Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta kegiatan tentang stunting secara signifikan.

### **SARAN**

Semoga dari hasil pengabdian ini bisa bermanfaat dan masyarakat mampu menerapkan ilmu dan keterampilan yang telah diajarkan agar bisa diaplikasikan ke kegiatan sehari-hari, serta mampu meneruskan pengetahuan dan keterampilan nya kepada masyarakat luas.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kami ucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya (LPPMUNUSA) yang telah memberikan pendnqqn untuk pelaksanaan program, serta Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan yang telah berkenan untuk menjadi mitra dalam kegiatan ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Almohaithef, M., & Elsayed, E. (2019). Health education in schools: An analysis of health educator role in public schools of Riyadh, Saudi Arabia. *Saudi Journal for Health Sciences*, 8(1), 31. [https://doi.org/10.4103/sjhs.sjhs\\_4\\_19](https://doi.org/10.4103/sjhs.sjhs_4_19)
- Auvregne, I., & Minho, U. (2009). *Working Together to Promote Teacher Education in the Field of Health Education and Health Promotion*.
- Vamos, S. (n.d.). Experiences of beginning health educators and changes in their high school students' health behaviors and attitudes. *Health Education Behaviour*, 34, 376–389.