

---

## **Pemberdayaan Masyarakat dalam Pemanfaatan Lahan Kolam Lele sebagai Upaya Pencegahan *Stunting***

Ni Putu Aryani<sup>1\*</sup>, Baiq Ricca Afrida<sup>2</sup>, Susilia Idyawati<sup>3</sup>, Sri Hawari Jannati<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup>Prodi Kebidanan Jenjang Diploma III STIKes Yarsi Mataram

Jln TGH. M.Rais, lingk. Selatan, Pagutan Mataram, 83117, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

\*Email Korespondensi: [ary.jegeg99@gmail.com](mailto:ary.jegeg99@gmail.com)

### **Abstract**

*Nutritional problem that still often occurs in toddlers is stunting. The prevalence of stunting in NTB was recorded at 33.5%, still above the national figure of 29.6%. Empower the community to use catfish pond land as an effort to prevent stunting. Implementation methods include preparation, implementation and evaluation. The preparation stage involved obtaining permits from institutions and the local government. The implementation stage involved providing material about using land as a catfish pond to prevent stunting to 30 heads of families. In the evaluation of activities, there was an increase in knowledge about handling stunting and how to prevent it by using catfish pond land as an effort. Conclusion: Together with the village government, the community will try to utilize the yard as a way to prevent stunting in toddlers.*

**Keywords:** *catfish pond, community empowerment, stunting*

### **Abstrak**

Salah satu masalah gizi yang masih banyak terjadi pada balita adalah *stunting*. Prevalensi *stunting* di NTB tercatat 32,7% masih diatas angka nasional sebesar 29,6%. Tujuan pengabdian ini adalah memberdayakan masyarakat dalam pemanfaatan lahan kolam lele sebagai upaya pencegahan *stunting*. Metode pelaksanaan meliputi persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahap persiapan dilakukan pengurusan izin dari institusi dan pemerintah setempat, Tahap Pelaksanaan dilakukan dengan pemberian materi tentang pemanfaatan lahan sebagai kolam lele untuk mencegah *stunting* kepada 30 kepala keluarga. Evaluasi hasil kegiatan terdapat peningkatan pengetahuan tentang penanganan *stunting* dan cara pencegahannya dengan pemanfaatan lahan kolam lele sebagai upaya yang dilakukan. Kesimpulan bersama dengan pemerintah desa masyarakat akan berupaya untuk memanfaatkan pekarangan sebagai salah satu cara untuk mencegah *stunting* pada balita.

**Kata Kunci:** kolam lele, pemberdayaan masyarakat, *stunting*

---

## PENDAHULUAN

Arah pembangunan gizi sesuai Undang-undang No.36 tahun 2009 tentang Kesehatan pasal 141, dimana upaya perbaikan gizi masyarakat ditujukan untuk meningkatkan mutu gizi perseorangan dan masyarakat yang dapat ditempuh melalui perbaikan pola konsumsi makanan, sesuai dengan 13 Pesan Umum Gizi Seimbang (PUGS) dan perbaikan perilaku Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi)<sup>1</sup>. Masalah gizi utama di Indonesia terdiri dari masalah gizi pokok yaitu Kekurangan Energi Protein (KEP), Kekurangan Vitamin A (KVA), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), dan *Anemia Gizi Besi* (AGB), selain gizi lebih (*obesitas*). Indonesia sekarang mengalami 2 masalah gizi sekaligus atau lebih dikenal dengan masalah gizi ganda<sup>2</sup>.

Penanganan masalah gizi sangat terkait dengan strategi sebuah bangsa dalam menciptakan SDM yang sehat, cerdas, dan produktif. Upaya peningkatan SDM yang berkualitas dimulai dengan cara penanganan pertumbuhan anak sebagai bagian dari keluarga dengan asupan gizi dan perawatan yang baik<sup>3</sup>. Lingkungan keluarga yang sehat, maka hadirnya infeksi menular ataupun penyakit masyarakat lainnya dapat dihindari. Pada tingkat masyarakat seperti faktor lingkungan yang higienis, asupan makanan, pola asuh terhadap anak, dan pelayanan kesehatan seperti imunisasi sangat menentukan dalam membentuk anak yang tahan gizi buruk<sup>4</sup>. pembentukan KRPL (Kawasan Rumah Pangan Lestari) melibatkan kelompok masyarakat melalui pemanfaatan lahan pekarangan<sup>5</sup>

Keadaan gizi yang baik merupakan salah satu faktor penting dalam upaya mencapai derajat kesehatan yang optimal<sup>6</sup>. Namun, berbagai penyakit gangguan gizi dan gizi buruk akibat tidak baiknya mutu makanan maupun jumlah makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh masing-masing orang masih sering ditemukan diberbagai tempat di Indonesia. Rendahnya status gizi jelas berdampak pada kualitas sumber daya manusia<sup>7</sup>. Salah satu masalah gizi yang masih banyak terjadi pada balita adalah *stunting*, yaitu kondisi tinggi badan anak jauh lebih pendek dibanding tinggi badan anak sesuainya. Balita yang mengalami *stunting* umumnya rentan terhadap penyakit, memiliki tingkat kecerdasan di bawah normal serta produktivitas rendah. Antara tahun 2013 sampai 2018. Jumlah anak bayi yang *stunting* di Indonesia meningkat dari 35,6% menjadi 37,2%.<sup>5</sup>

Tingginya prevalensi *stunting* dalam jangka panjang akan berdampak pada kerugian ekonomi bagi Indonesia. Penyebab dari *stunting* adalah rendahnya asupan gizi pada 1.000 hari pertama kehidupan, yakni sejak janin hingga bayi umur dua tahun. Selain itu, buruknya fasilitas sanitasi, minimnya akses air bersih, dan kurangnya kebersihan lingkungan juga menjadi penyebab *stunting*<sup>8</sup>. Kondisi kebersihan yang kurang terjaga membuat tubuh harus secara ekstra melawan sumber penyakit sehingga menghambat penyerapan gizi. Angka status gizi balita *stunting* di Indonesia berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 mencapai 21,6%.<sup>9</sup>

Prevalensi *stunting* di NTB tercatat 32,7% masih diatas angka nasional sebesar 29,6%. Pemerintah NTB mengembangkan 4 strategi dan sejumlah program aksi penanganan *stunting* secara terintegrasi, yaitu peningkatan SDM, peningkatan Kualitas PMBA, peningkatan Edukasi gizi, dan penguatan intervensi gizi di Puskesmas dan Posyandu. Pemerintah NTB juga fokus melakukan penguatan gizi dengan pendekatan siklus hidup 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan remaja<sup>10</sup>. *Stunting* dapat dicegah, antara lain melalui pemenuhan kebutuhan gizi berupa protein yang bisa didapatkan dari ikan lele. Ikan lele tersebut dapat diperoleh dari pemanfaatan lahan yang ada disekitar rumah. Adapun tujuan penggunaan ikan lele sebagai protein utama dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi pada balita dikarenakan lahan yang tersedia sangat berpotensi untuk budidaya ikan lele.

Berdasarkan hasil pengukuran pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Lombok Barat, didapatkan masih ada balita yang mengalami *stunting*. Sehingga dilakukan pengabdian mengenai pemberdayaan masyarakat dalam pemanfaatan lahan sebagai kolam lele dalam upaya pencegahan *stunting* di Desa Batu Kumbang Kecamatan Lingsar Kabupaten Lombok Barat.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melibatkan mahasiswa yang merupakan kegiatan pemberdayaan masyarakat dalam pemanfaatan lahan kolam lele sebagai upaya pencegahan *stunting*, adapun pelaksanaan kegiatan ini selama kurun waktu 2 bulan mulai juli – agustus 2023. Sararan pada kegiatan ini adalah keluarga yang mempunyai balita. *Metode* pelaksanaan pada kegiatan ini adalah meliputi tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahap persiapan dilakukan dengan meminta ijin terlebih dahulu pada pemerintah desa setempat untuk pelaksanaan kegiatan, pada tahap pelaksanaan dilakukan pre tes untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat tentang *stunting* dilakukan kepada 30 kepala keluarga balita dan selanjutnya diberikan materi tentang *stunting*, upaya pencegahan dan cara memanfaatkan lahan kolam lele sebagai upaya pencegahan *stunting*, dan pada tahap evaluasi dilakukan post tes terhadap hasil materi yang diberikan dan mengaktifkan pemanfaatan lahan kolam ikannya sebagai upaya mencegah terjadinya *stunting*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Melakukan *pre-test* dan *post-test* kepada 30 kepala keluarga yang mempunyai balita

Evaluasi awal dilakukan dengan memberikan *pre-test* kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan materi yang akan diberikan. Hasil dari evaluasi ini berupa nilai skor tiap peserta, yang merupakan hasil pembagian dari jawaban benar dengan total jumlah pertanyaan dikalikan 100.

Tabel 1: Hasil Keusioner Pre dan Post pengetahuan masyarakat tentang *stunting*

Pengetahuan tentang Stunting	Pre Test		Post Test		Peningkatan
	Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase	
Baik	10 orang	33,3%	17 orang	56,7%	23,4%
Cukup	5 orang	16,7%	7 orang	23,3%	6,6%
Kurang	15 orang	50,0%	6 orang	20,0%	30,0%
Jumlah					60,0%

Dari hasil penilaian ditabel diatas dapat disimpulkan 50% masyarakat memiliki pengetahuan kurang terhadap *stunting* dan setelah mendapatkan materi terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai *stunting* dimana 56,7% dengan tingkat pengetahuan baik.

### 2. Pemberian materi

#### a. Materi *stunting*

Metode yang digunakan dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat adalah pemberian materi dan dilanjutkan dengan diskusi. Pemberian materi tentang *stunting* diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang pengertian, penyebab, tanda gejala dan pencegahan *stunting*. Materi penyuluhan yang diberikan mencakup materi tentang pengertian, faktor risiko dan penyebab, akibat dan pencegahan *stunting*.

*Stunting* adalah kondisi tinggi badan anak jauh lebih pendek dibanding tinggi badan anak sesuainya. Penyebab *stunting* antara lain<sup>10</sup>:

- 1) Pemberian makan yang tidak tepat; praktik pemberian makan yang tidak tepat pada bayi bisa menyebabkan *stunting* yang termasuk pada masalah gizi balita. Pemberian makan di sini tidak hanya ketika MPASI (makanan pendamping ASI), tetapi juga menyusui yang tidak optimal.
  - 2) Penyakit menular dan infeksi; infeksi dan penyakit menular bisa menyebabkan *stunting*. Kondisi ini biasanya disebabkan oleh paparan lingkungan yang terkontaminasi dan kebersihan yang buruk. Kondisi ini membuat fungsi dan kemampuan usus berkurang sehingga menyebabkan penyakit jadi lebih mudah masuk.
  - 3) Kemiskinan; sebagian besar dari kondisi kemiskinan atau pengasuh yang kurang awas terhadap gizi balita, bisa menyebabkan masalah pada balita.
  - 4) Salah satu masalah makan pada balita adalah praktik pemberian makan yang kurang tepat. Beberapa contohnya seperti makan sambil digendong atau bermain<sup>11</sup>.
- b. Pemanfaatan Lahan
- 1) Pemanfaatan lahan pekarangan untuk pertanian



Gambar 1. Tanaman pekarangan



Gambar 2. Kolam Lele

Sebagai upaya untuk turut serta menurunkan angka *stunting*, dapat dibuat inovasi kegiatan berupa pembentukan KRPL (Kawasan Rumah Pangan Lestari) melibatkan kelompok masyarakat melalui pemanfaatan lahan pekarangan<sup>5</sup>. Inovasi kegiatan ini dapat dilakukan dengan pembuatan kolam ikan lele dan ayam kampung untuk memenuhi kebutuhan selain karbohidrat dengan penanaman berbagai macam sayuran serta untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga terutama anggota *stunting*<sup>12</sup>. Disamping untuk memenuhi kebutuhan keluarga diharapkan juga bisa menjual hasilnya sebagai tambahan pendapatan keluarga dan dapat memenuhi gizi keluarga terutamanya keluarga *stunting*<sup>13</sup>.

Kegiatan ini bertujuan agar mampu membentuk budaya memanfaatkan pekarangan dan panganekaragaman pangan lokal untuk memenuhi asupan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh<sup>14,15</sup>. Saat ini masih banyak lahan kosong yang masih belum dimanfaatkan oleh masyarakat. Selain itu, masih banyak masyarakat yang belum paham tentang panganekaragaman pangan serta belum mampu mengolah makanan yang baik dan benar<sup>16</sup>. *Stunting* itu disebabkan oleh 2 (dua) hal yakni gans (keturunan) dan venotif (pengaruh lingkungan). Oleh karenanya, pihaknya berupaya untuk melakukan pencegahan terhadap

hal-hal yang berkaitan dengan pengaruh lingkungan. Caranya sedini mungkin orang itu harus mengkonsumsi makanan yang memiliki keanekaragaman. Hal ini harus dilakukan secara terus menerus dan kontinyu khususnya kepada keluarga *stunting*.

Pemanfaatan lahan pekarangan dapat juga ditanami tanaman sayur mayur dan lain sebagainya. Hal ini merupakan salah satu upaya penyediaan bahan pangan sendiri oleh masyarakat. Jika bahan pangannya ditanam sendiri, maka secara otomatis aman dan sehat serta kualitas dan keamanannya terjamin.<sup>17</sup> Program ini diharapkan agar pola perilaku masyarakat yang makan seadanya menjadi pola makan yang memenuhi unsur seimbang<sup>18</sup>.

## 2) Pembuatan kolam lele dan pemanfaatannya

Selain kegiatan penyuluhan, akan dilakukan juga pembuatan kolam lele dengan memanfaatkan pekarangan rumah warga. Tim pengabdian memberikan bibit lele untuk disemai dalam kolam yang diharapkan dapat dikonsumsi oleh warga dalam upaya mencukupi kebutuhan protein hewani yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan mencegah *stunting*.



Gambar 3. Kolam Lele yang dibuat di pekarangan rumah warga Desa Batu Kumbang Kecamatan Lingsar Kabupaten Lombok Barat

*Stunting* adalah salah satu masalah kesehatan yang masih banyak kita temukan di Indonesia, yaitu sekitar 21,6%<sup>19</sup>. Pemerintah akan terus mengupayakan penurunan *stunting* sebanyak 2,7 persen setiap tahunnya. Adapun upaya yang dilakukan oleh pemerintah, salah satunya adalah dengan menggalakkan program konsumsi protein hewani. Perlu diketahui bahwa protein hewani adalah instrumen gizi yang dibutuhkan oleh ibu hamil guna mencegah *stunting* pada anak, hal ini dikarenakan pangan hewani mempunyai kandungan zat gizi yang lengkap, kaya protein hewani dan vitamin yang sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan<sup>20</sup>. Pemberian protein hewani penting untuk penurunan angka *stunting*. Gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan menjadi salah satu penyebab utama anak lahir *stunting*, salah satunya karena komponen gizi<sup>21</sup>.

---

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan manfaat bagi masyarakat. Mereka mendapatkan pengetahuan dan pemahaman tentang stunting dan pencegahannya. Hasil evaluasi didapatkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang stunting dan pencegahannya didapatkan peningkatan pemahaman peserta tentang stunting dan pencegahannya sebanyak 60%. Berdasarkan hasil penyuluhan dan post test didapatkan hasil dimana masyarakat memiliki kesadaran untuk memanfaatkan lahan pekarangan untuk sayuran dan membuat kolam lele sederhana sebagai upaya untuk mencukupi gizi keluarga yaitu dengan adanya peningkatan hasil post test dan kesanggupan dari beberapa kepala keluarga untuk mau memanfaatkan kolam lele sebagai upaya pemenuhan gizi keluarga untuk mencegah terjadinya *stunting*.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada pimpinan STIKES YARSI Mataram, ketua P3M, Kepala Desa Batu Kumbang seluruh dosen Prodi Kebidanan Jenjang Diploma 3, mahasiswi yang telah membantu dalam mempersiapkan kegiatan serta seluruh masyarakat batu kumbang yang telah bersedia berpartisipasi menjadi peserta dan bersedia membantu kegiatan pengabdian ini hingga selesai.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Fidiantoro N, S. T. Model Penentuan Status Gizi Balita Di Puskesmas. *J Sarj Tek Inf.* 1, (2013).
2. Putri ASR, M. T. Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pemulihan Pada Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simomulyo, Surabaya. *Amerta Nutr.* 4, (2020).
3. Labada A, Ismanto YA, K. R. Hubungan Karakteristik Ibu Dengan Status Gizi Balita yang Berkunjung di Puskesmas Bahu Manado. *eJournal Keperawatan(eKp).* 2016;4(1).
4. Zogara AU, P. M. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *J Ilmu Kesehat Masy.* 9, 85–92.
5. V., N. Akses Pangan Dan Kejadian Balita Stunting: Kasus Pedesaan Pertanian Di Klaten. *J PANGAN* 28, (2019).
6. Anggraeni LD, Toby YR. Rasmada S. Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Faletahan Heal J.* 8, (2021).
7. Fauzia, N. R., Sukmandari, N. M. A., & Triana, K. Y. Hubungan Status Pekerjaan Ibu Dengan Status Gizi Balita. *J. Cent. Res. Publ. Midwifery Nurs.* 3, 28–32 (2019).
8. Setyawati, I., Handayani, B. N. & Supinganto, A. FAKTOR RISIKO BALITA STUNTING DI PROVINSI NUSA TENGGARA BARAT. *JOMIS (Journal Midwifery Sci.* 6, (2022).
9. Ihsan, A., Riviwanto, M. & Darwel, D. PENGARUH SUMBER AIR BERSIH, JAMBAN, DAN POLA ASUH TERHADAP STUNTING PADA BALITA DENGAN DIARE SEBAGAI VARIABEL INTERVENING. *Bul. Keslingmas* 39, (2020).
10. Widiyanti, H., Saimi & Khalik, L. A. Pengaruh Pemberdayaan PMBA terhadap Kesadaran Kritis Keluarga Balita Stunting di Kabupaten Lombok Tengah. *J. Keperawatan* 13, 625–636 (2021).
11. Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehat. RI* 53, 1689–1699 (2018).

- 
12. Ansar A, H. H. Pemanfaatan Potensi Desa Berbasis Bioekonomi Melalui Peningkatan Ketahanan Pangan Untuk Mencegah Stunting Di Desa Ilomangga Kecamatan Tolinggula Kabupaten Gorontalo Utara. *J Sibermas (Sinergi Pemberdaya Masyarakat)* 10, (2021).
  13. Sayuti RH, Anwar K, H. S. Pendampingan Pasangan Ramah Anak (Parana) Dalam Rangka Pembentukan Generasi Emas Ntb (Gen) Di Provinsi Ntb. *Abdi Insa.* 8, (2021).
  14. NoRozaki Z, P. A. Pemanfaatan Lahan Pekarangan Dengan Penanaman Alpukat Dan Pepaya California Untuk Peningkatan Gizi Masyarakat Di Desa Terong Kabupaten Bantul. *Logista - J Ilm Pengabdian Kpd Masy.* 4, (2020).
  15. Fitriani S, Yogaswara D, Wahyuni S, Maulida YN, M. S. Jaminan Kesehatan Dan Pendapatan Keluarga Balita Stunting. 2022;6(3). *Afiasi J. Kesehat Masy.* 6, (2022).
  16. Kadir R, L. J. Strategi Pencegahan Stunting melalui Rumah Desa Sehat dan Pemanfaatan Lahan Pekarangan Rumah di Desa Karya Indah Kecamatan Buntulia Kabupaten Pohuwato. *J Sibermas (Sinergi Pemberdaya Masyarakat).* 8, (2019).
  17. IO, A. Optimalisasi Pemanfaatan Lahan Pekarangan Menggunakan Teknik Vertikultur Untuk Budidaya Sayuran Pencegah Stunting Pada Balita Gizi Buruk. *J. Abdimas Gorontalo* 2, (2019).
  18. Najahah I, Adhi KT, P. G. Faktor risiko balita stunting usia 12-36 bulan di Puskesmas Dasan Agung, Mataram, Provinsi Nusa Tenggara Barat. *Public Heal Prev Med Arch* 1, (2013).
  19. Wani YA, Wilujeng CS, Rahmi Y, Kusuma TS, Rahmawati W, Fadhilah E, et al. Survei Status Gizi Dan Perkembangan Anak Balita Menggunakan Kuesioner Praskrining Perkembangan (KPSP). *Maj Kesehat* 4, (2017).
  20. Widayani S, Triatma B, S. B. Seminar Nasional Penyuluhan Gizi Dan Pemberian Ketrampilan Kreasi Nugget Bergizi Kepada Ibu Balita Untuk Mencegah Kejadian Stunting Di Wilayah Gunungpati. *Semin. Nas. Kolaborasi Pengabdian pada Masy.* 1, (2018).
  21. Riestamala E, Fajar I, S. S. Formulasi Ikan Lele Dan Bayam Hijau Terhadap Nilai Gizi, Mutu Organoleptik, Daya Terima Risoles Roti Tawar Sebagai Snack Balita. *J. Nutr. Coll.* 10, 233–242 (2021).