

Program Interaktif Penunjang Pencegahan *Stunting* di Dusun Wulung, Desa Soronalan, Kabupaten Magelang

Abraham Qodry Noor Saputra¹, Clarisa Radya Naweswara², Davina Maureen Marsandah Dzahrah³, Latiefah Nur Hidayah⁴, Pipit Dwi Kurniasari⁵, Putri Nazmah Abriwiyanti⁶, Rizki Kurniawan Saputra⁷, Tri Mulyaningsih⁸.

¹⁻⁸Program Studi Sarjana Terapan Sanitasi Lingkungan, Jurusan Kesehatan Lingkungan, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No.3, Banyuraden, Kec. Gamping, Kabupaten Sleman, 55293, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia.

*Email Korespondensi: info@poltekkesjogja.ac.id

Abstract

Based on data from the Electronic Community-Basd Nutrition Recording and Reporting System (E-PPGBM) in Magelang Regency, the stunting rate decreased from 20.23% in 2020 to 14.76% in 2021 and further decline to 13.11% in 2022. However, in 2023 the rate increased again to 15.22%. Specifically, in Sawangan District as of November 2024, the stunting rate reached 19.7% with a total of 567 cases. Sawangan Village alone recorded a prevalence of 20.61%, accounting for 40 cases. The low intake of fruits and vegetables among children, along with cases of malnutrition in Wulung Hamlet, Soronalan Village, Sawangan District, Magelang Regency, became the main driving factors for organizing this series of interactive programs. These programs consist of nutrition food preparation sessions, nutritious food distribution, and socialization of the “Isi Piringku” concept. The aim of these programs is to encourage healthy and appealing food alternatives for children and to introduce the “Isi Piringku” module to help them better understand the concept of balanced nutrition. The Residents of Wulung Hamlet respnded very positively to the implemtation of these interactive programs as a part of the ffort to prevent stunting among children.

Keywords: *environmental sanitation, healthy food, stunting*

Abstrak

Berdasarkan data dari Sistem Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat Elektronik (E-PPGBM) Kabupaten Magelang, angka stunting menurun dari 20,23% pada tahun 2020 menjadi 14,76% pada tahun 2021, dan kembali turun menjadi 13,11% pada tahun 2022. Namun pada tahun 2023 meningkat kembali menjadi 15,22%. Secara khusus, di Kecamatan Sawangan per November 2024, angka stunting mencapai 19,7% dengan total 567 kasus. Desa Sawangan sendiri memiliki prevalensi mencapai 20,61% dengan jumlah 40 kasus. Rendahnya asupan buah dan sayur pada anak-anak, ditambah dengan kasus kurang gizi di Dusun Wulung, Desa Soronalan, Kecamatan Sawangan, Kabupaten Magelang, menjadi faktor utama diselenggarakannya rangkaian program interaktif ini. Program interaktif ini terdiri dari program pembuatan makanan bergizi, pemberian makanan bergizi, dan sosialisasi “Isi Piringku”. Program tersebut bertujuan untuk mendorong alternatif makanan sehat yang menarik bagi anak-anak, mengenalkan modul “Isi Piringku” guna embantu anak-anak memahami konsep gizi seimbang. Warga Dusun Wulung memberikan respon yang sangat positif terhadap pelaksanaan program interaktif ini dalam upaya pencegahan stunting pada anak.

Kata Kunci: *penyehatan makanan, sanitasi lingkungan, stunting*

PENDAHULUAN

Dusun Wulung merupakan salah satu wilayah yang berada di Desa Soronalan, Kecamatan Sawangan, Kabupaten Magelang, yang saat ini menghadapi permasalahan serius terkait gizi anak, khususnya stunting. Stunting merupakan suatu keadaan malnutrisi yang berkaitan dengan inadekuatnya zat gizi di masa lalu sehingga tergolong kedalam masalah gizi kronis¹. Penyebab utama stunting yaitu karena adanya masalah terhadap asupan gizi atau kurangnya asupan gizi pada anak dalam jangka waktu panjang². Salah satu bentuk ketidakcukupan gizi yang umum dijumpai adalah rendahnya konsumsi buah dan sayur pada anak-anak, yang merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang perlu segera ditangani.

Secara nasional, laporan Kementerian Kesehatan RI melalui Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2024 dilaporkan kasus stunting di Indonesia masih kedalam golongan tinggi karena mencapai angka 24,4% pada tahun 2021, kemudian mengalami penurunan di tahun 2022 menjadi 21,6%, pada tahun 2023 mencapai 17,8% dan ditargetkan menjadi 14% pada tahun 2024³. Pada tingkat lokal, berdasarkan data Elektronik Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat atau E-PPGBM Kabupaten Magelang, angka stunting dari angka 20,23% pada tahun 2020 menjadi 14,76% pada tahun 2021 kemudian turun menjadi 13,11% pada tahun 2022, namun pada tahun 2023 mengalami kenaikan kembali menjadi 15,22%⁴. Khusus di Kecamatan Sawangan per Bulan November 2024 angka stunting mencapai 19,7% dengan jumlah 567 kasus. Desa Sawangan merupakan salah satu desa dengan prevalensi tinggi, yakni mencapai angka 20,61% dengan jumlah 40 kasus. Fakta ini menunjukkan bahwa upaya intervensi gizi berbasis masyarakat sangat dibutuhkan untuk menekan angka stunting secara signifikan di wilayah ini.

Permasalahan pola makan yang tidak sehat pada anak-anak dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan mereka, serta meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit di kemudian hari. Sebuah penelitian oleh Fauziah pada Tahun 2023 menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara konsumsi energi dengan prevalensi stunting pada anak. Kurangnya asupan energi yang bernutrisi secara langsung dapat berpengaruh dalam menghambatnya perkembangan fisik pada anak. Salah satu penyebabnya adalah kegagalan peran ibu dalam memberikan pola makan yang seimbang serta berkurangnya nafsu makan pada anak⁵. Selain melalui makanan yang mengandung gizi alami yang memanfaatkan pemanfaatan pangan lokal, orang tua juga perlu memperhatikan informasi nilai gizi yang ada pada makanan dan minuman kemasan yang dikonsumsi oleh anak⁶.

Menanggapi situasi tersebut, telah dirancang dan dilaksanakan serangkaian program interaktif yang bertujuan untuk menekan angka stunting di Dusun Wulung, Desa Soronalan, Kecamatan Sawangan, Kabupaten Magelang. Program tersebut terdiri dari; Pelatihan Pembuatan Makanan Bergizi, Pemberian Makanan Bergizi, dan Penyuluhan Modul “Isi Piringku”. Dengan memanfaatkan pangan lokal atau pangan yang ada di sekitar masyarakat khususnya pada Dusun Wulung merupakan salah satu cara alternatif dalam mengatasi terbatasnya akses pangan keluarga.

METODE

Pelaksanaan kegiatan ini diawali pada 28 Januari 2025, dilaksanakan kegiatan pengenalan isi piringku melalui kegiatan menggambar. Sasaran dari kegiatan ini yaitu anak-anak Dusun Wulung sebanyak 20 orang. Kegiatan diawali dengan penjelasan isi piringku, menggambar isi piringku, bernyanyi lagu isi piringku dan diakhiri dengan pembakian telur puyuh yang merupakan produk dari peternak di Dusun Wulung. Selanjutnya, pada 31 Januari

dilaksanakan kegiatan pembuatan makanan inovasi modern. Kegiatan ini diikuti oleh Ibu-ibu Dusun Wulung sebanyak 15 orang. Kegiatan diawali dengan penjelasan maksud dan tujuan, demo memasak oleh fasilitator dan peserta serta mencicipi masakan inovasi nugget pisang. Kedua kegiatan yang dilaksanakan di Rumah Bapak Kepala Dusun Wulung tersebut mendapatkan antusiasme dari peserta.

Kegiatan pendampingan yang dilakukan kepada ibu-ibu bertujuan untuk menambah referensi mengenai olahan makanan dari buah yang disukai anak-anak agar dapat meningkatkan selera makan anak untuk mengkonsumsi buah. Kemudian untuk kegiatan pendampingan yang dilakukan kepada anak-anak bertujuan untuk mengenalkan porsi makanan yang seimbang dalam satu piring agar meningkatkan pengetahuan anak-anak mengenai asupan gizi yang harus dikonsumsi. Pemberian makanan bergizi bertujuan mengenalkan dan menstimulasi anak tentang makanan sehat dan bergizi ⁷.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pembuatan Makanan Bergizi

Kegiatan pelatihan pembuatan makanan ini dilakukan pada tanggal 31 Januari 2025 dengan sasaran ibu-ibu Dusun Wulung. Hal tersebut dilakukan karena kurangnya minat anak-anak untuk mengkonsumsi buah-buahan maupun sayuran yang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan. Selain hal tersebut, Dusun Wulung memiliki kasus anak dengan gizi buruk. Sehingga dilakukan pelatihan pembuatan makanan dari buah pisang yaitu nugget pisang dengan harapan dapat meningkatkan selera makan anak untuk mengkonsumsi buah terutama buah pisang dan menjadi program interaktif dalam pencegahan stunting. Berikut merupakan resep nugget pisang ⁸.

1. Pisang lebih kurang 20 buah dihaluskan terlebih dahulu.
2. Ditambahkan tepung tapioka $\frac{1}{4}$ kg, telur 2 butir, gula pasir, sejumput garam dan susu kental manis secukupnya.
3. Diaduk hingga tercampur dengan merata. d. Setelah tercampur semua, dimasukkan kedalam cetakan.
4. Di kukus kurang lebih 30 menit dalam air mendidih.
5. Setelah matang hasilnya akan padat, lalu dipotong sesuai selera.
6. Masukkan nugget pisang pada adonan tepung cair sebagai perekat, kemudian balurkan pada tepung roti.
7. Kemudian nugget pisang siap digoreng.
8. Setelah matang, tambahkan keju, coklat atau topping lainnya yang menarik untuk anak-anak.



Gambar 1. Demo masak nugget pisang



Gambar 2. Nugget pisang

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan, ibu-ibu terlihat sangat antusias dengan bertanya tentang langkah-langkah yang belum dipahami dan langsung mencoba membuatnya sendiri selama kegiatan berlangsung. Hasil olahan yang telah dibuat juga dicicipi oleh ibu-ibu dan anak-anak yang hadir, dan respons mereka sangat positif. Salah satu anak yang mencoba nugget pisang terlihat sangat menikmati yang ditunjukkan meminta lagi untuk makan nugget pisang.

B. Pemberian Makanan Bergizi

Pemberian makanan bergizi dilakukan bersamaan dengan sosialisasi isi piringku. Kegiatan ini dilakukan pada 28 Januari 2025, diikuti oleh sekitar 20 anak-anak Dusun Wulung. Pemberian makanan bergizi bertujuan untuk mengenalkan dan menstimulasi anak tentang makanan sehat dan bergizi. Memanfaatkan sumberdaya lokal, yang mana Dusun Wulung memiliki peternak burung puyuh. Telur puyuh yang digunakan diolah menjadi sate baceman telur puyuh. Telur puyuh dipilih karena mengandung *vitality* sebesar 168 kka, walaupun tidak sebanding dengan nasi⁹, telur puyuh dapat membantu memenuhi kebutuhan energi pada balita. Kandungan protein hewani bermanfaat untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mendorong pertumbuhan dan perkembangan pada anak¹⁰. Selain itu didukung penelitian, mengkonsumsi 1 jenis protein hewani dapat menurunkan 3,7 % kejadian stunting¹¹. Hasil observasi menunjukkan bahwa anak-anak terlihat tertarik pada makanan yang diberikan. Sehingga perlu adanya upaya berkelanjutan dalam mengurangi masalah stunting.



Gambar 3. Sate Telur Puyuh

C. Sosialisasi Isi Piringku

Kegiatan sosialisasi Isi piringku dilakukan pada 28 Januari 2025. Kegiatan isi piringku dilakukan dalam memperingati hari gizi nasional yang jatuh pada 25 Januari 2025. Kegiatan ini dilakukan bentuk upaya pengenalan porsi makanan yang seimbang yang diperlukan bagi manusia. Kegiatan yang dilakukan dengan memberikan modul isi piringku dan menjelaskan mengenai porsi makanan yang seimbang. Penjelasan yang diberikan pada anak-anak yaitu mengenai pentingnya konsumsi gizi yang beragam, dengan membagi piring menjadi beberapa bagian, yaitu karbohidrat, protein, sayuran, dan buah. Kemudian anak-anak diberi waktu untuk menggambar porsi makanan isi piringku dengan bertujuan untuk membantu anak-anak lebih cepat untuk memahami cara menyusun piring yang sehat dengan cara yang menyenangkan. Dan bagi 3 anak yang menggambar modul isi piringku terbaik mendapatkan hadiah sebagai bentuk apresiasi.



Gambar 4. Menggambar isi piringku



Gambar 5. Penyerahan doorprize

KESIMPULAN

Serangkaian program interaktif yang telah dilaksanakan yaitu terdiri dari; Pembuatan makanan bergizi dengan sasaran ibu-ibu, pemberian makanan bergizi dengan sasaran anak-anak, dan sosialisasi “Isi Piringku” dengan sasaran anak-anak. Hasil observasi melalui program interaktif ini, menunjukkan bahwa peserta tertarik dalam kegiatan pemecuan pencegahan stunting dan memiliki respon yang positif pada setiap program yang dilaksanakan. Harapannya upaya pemecuan yang diberikan dapat berkelanjutan. Mengingat masalah stunting ini, bukan hanya dilakukan dalam sewaktu saja. Program interaktif ini dapat lebih optimal jika keterlibatan masyarakat ditingkatkan, khususnya melalui kader kesehatan dan ibu-ibu PKK. Pelatihan rutin dan diskusi kelompok dapat memperkuat pemahaman serta keberlanjutan program.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada masyarakat Dusun Wulung, Desa Soronolan, Kabupaten Magelang yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini. Selain itu, penulis juga berterima kasih kepada Bapak Ichsanudin selaku Kepala Dusun Wulung, Ibu Tri Mulyaningsih, ST, MPH, dan Bapak Rizki Kurniawan Saputra, STr.KL., MKM selaku dosen pembimbing lapangan yang telah memberikan arahan, dukungan, serta bimbingan hingga terselenggaranya serangkaian program ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Akib, A., Rukinah, R., Wahyuni, R. & Pohan, E. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan dalam Mendampingi Perkembangan Motorik Halus Balita Stunting. *Abdimas Polsaka* 50–54 (2022) doi:10.35816/abdimpolsaka.v1i2.17.
2. Setiyawati, M. E., Ardhiyanti, L. P., Hamid, E. N., Muliarta, N. A. T. & Raihanah, Y. J. Studi Literatur: Keadaan dan Penanganan Stunting di Indonesia. *IKRA-ITH Hum. J. Sos. dan Hum.* **8**, 179–186 (2024).
3. Ayu Lestari, P. *et al.* Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Pada Masyarakat Di Desa Cepaka Kecamatan Kediri Kabupaten Tabanan Bali. *J. Sinergi Kesehat. Indones.* **2**, 1–9 (2024).
4. Ulya, H. Pemanfaatan Limbah Biji Durian Sebagai Bubur dan Biskuit MP-ASI Sebagai Pemenuhan Gizi Balita di Desa Giyanti. *J. Pengabdian Masyarakat Berkemajuan.* **9**, 659–668 (2025).
5. Fauziah, J., Trisnawati, K. D., Rini, K. P. S. & Putri, S. U. Stunting: Penyebab, Gejala,

- dan Pencegahan. *J. Parent. dan Anak* **1**, 11 (2023).
6. Hidajat, F. A. Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan dan Penerapan Pola Hidup Bersih Sehat di PAUD Tunasmulya Desa Pabean Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. *J. Abdi Panca Mara* **1**, 25–29 (2019).
7. Kasjono, H. S. *et al.* Community empowerment in overcoming environmental health problems in Padukuhan Sawit Bantul. *J. Pemberdaya. Publ. Has. Pengabdi. Kpd. Masy.* **7**, 40–46 (2023).
8. Aida, N. *et al.* Pengolahan Buah Pisang Menjadi Nugget Pisang Oatmeal yang Bernilai Jual. *Intisari J. Inov. Pengabdi. Masy.* **1**, 39–46 (2023).
9. Mardianti, M. *et al.* Optimization of Processed Quail Egg Consumption to Increase Hemoglobin. *J. Riset Kesehatan* **16**, 473–484 (2024).
10. Ardhana, I. S. *et al.* Optimalisasi Pencegahan Stunting Melalui Pendampingan Pola Hidup Sehat di Desa Biting Kecamatan Arjasa. *KHIDMAH J. Pengabdi. Masy.* **3**, 70–75 (2024).
11. Muthmainnah, P. R., Syahril, K., Rahmawati, Nulanda, M. & Dewi, A. S. Fakumi medical journal. *J. Mhs. Kedokt.* **2**, 359–367 (2022).