

**UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA ANAK USIA DINI
MELALUI PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN DARI OLAHAN
SINGKONG DAN PEMBIASAAN HIDUP SEHAT PADA PAUD
MULYA DI KELURAHAN PASULUHAN KECAMATAN
WALANTAKA KOTA SERANG**

Desty Endrawati Subroto¹, Sunarjati², Umi Kulsum³, Siti Jubaedah⁴

^{1,2,3,4}Universitas Bina Bangsa

desty2.subroto@gmail.com¹, sunaryatisuryatmaja@gmail.com²,
kulsumu50@gmail.com³, sitijubaedah85601@gmail.com⁴

ABSTRAK

Dewasa ini istilah stunting cukup luas dikenal masyarakat. Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang. Stunting atau kerdil ditandai dengan pertumbuhan tinggi anak yang kurang dari standar yang ditetapkan oleh WHO. Stunting bisa terjadi mulai sejak masa kehamilan hingga usia 24 bulan. Stunting terbagi menjadi ringan, sedang dan berat sesuai dengan tingkat keparahannya. Tujuan dari artikel ini adalah memberikan kesadaran masyarakat luas akan pentingnya pencegahan stunting pada anak serta upaya pencegahannya. Dalam hal ini program yang kami lakukan adalah dengan memberikan makanan tambahan dari olahan singkong yang murah dan bernilai gizi baik untuk anak usia dini serta pembiasaan olahraga teratur pada PAUD Mulya yang berlokasi di Kelurahan Pasuluhan Kecamatan Walantakan Kota Serang Provinsi Banten.

Kata Kunci: PAUD, Stunting, Gizi, Singkong.

ABSTRACT

Recently, the term stunting has been widely recognized by the public. Stunting is a disorder of child growth and development due to chronic malnutrition and repeated infections. Stunting is characterized by a child's height growth that is less than the standard set by WHO. Stunting can occur from pregnancy to 24 months of age. Stunting is divided into mild, moderate and severe according to its severity. The purpose of this article is to provide public awareness of the importance of preventing stunting in children and efforts to prevent it. In this case, our program is to provide additional food from processed cassava which is cheap and has good nutritional value for early childhood and

the habituation of regular exercise at PAUD Mulya located in Pasuluhan Village, Walantakan District, Serang City, Banten Province.

Keywords: *PAUD, Stunting, Nutrition, Cassava.*

A. PENDAHULUAN

Kasus stunting banyak ditemukan di negara berkembang, dimana pemenuhan gizi belum terlalu baik termasuk Indonesia (Hidajat, 2019). Stunting atau pendek atau kerdil istilah awamnya, merupakan kondisi gagal tumbuh pada bayi (0-11 bulan) dan anak balita (12-59 bulan), sebagai akibat dari kekurangan gizi kronis terutama dalam 1.000 hari pertama kehidupan sehingga anak terlalu pendek untuk usianya” (Ramayulis, 2018:9).

Sejak dalam kandungan bayi dapat mengalami kekurangan gizi dan berlanjut hingga masa awal setelah bayi lahir, akan tetapi tanda-tanda stunting baru terlihat setelah bayi berumur 2 tahun. Seorang bayi dikatakan stunting atau pendek jika nilai z-score-nya panjang badan menurut umur (PB/U) atau (TB/U) kurang dari -2SD/ standart deviasi dan kurang dari -3SD (severely stunted).

Balita yang menderita stunting akan mengalami perkembangan tingkat kecerdasan yang kurang optimal, di samping itu akan lebih rentan terhadap serangan penyakit, dan di masa depan beresiko pula mengalami penurunan tingkat produktivitas (Hidajat, 2019). Sehingga bisa dikatakan bahwa stunting akan berpengaruh pada perekonomian masyarakat, sebagai salah satu faktor meningkatnya angka kemiskinan nantinya.

Faktor utama terjadinya stunting pada balita adalah kurang terpenuhinya kebutuhan gizi baik yang mereka perlukan untuk tumbuh kembang optimal. Kurangnya pengetahuan ibu hamil terhadap gizi juga menjadi faktor munculnya kasus stunting, ditambah lagi dengan pola asuh yang kurang tepat semakin memperbesar kemungkinan terjadinya stunting (Hidajat, 2019).

Diperlukan kampanye penyadaran secara masif kepada masyarakat luas tentang keanekaragaman makanan, terutama yang bersumber dari bahan makanan lokal seperti daun kelor, singkong, ubi jalar, rebung dan lain sebagainya. Sebab masyarakat kita memiliki persepsi rendah terhadap makanan tradisional yang merupakan olahan bahan lokal, dianggap sudah ketinggalan zaman sehingga menjadikan makanan instan sebagai tren gaya hidup masyarakat sekarang (Dedy Wijayanto, 2016).

Singkong sebagai salah satu makanan tradisional yang mudah didapatkan, harganya relatif murah dan memiliki nilai gizi yang cukup tinggi. Apalagi jika kita mampu mengolahnya menjadi makanan yang menarik untuk balita. Di dalam singkong terkandung karbohidrat, serat, kalori, serta sejumlah kecil mineral seperti natrium dan kalium. Bahkan menurut penelitian yang dilakukan oleh Himawati & Fatmah (2013), yang berjudul “Pengaruh Pemberian Biskuit

Tepung Singkong terhadap Status Gizi Balita Gizi Kurang di Kecamatan Terpilih Kabupaten Purworejo Tahun 2013”, menyatakan bahwa pemberian biskuit berbahan tepung singkong dapat menurunkan angka penderita gizi buruk pada balita.

Dengan berbagai kelebihan bahan makanan dari singkong, dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif makanan pada Program Pemberian Makanan Tambahan di PAUD. Pemberian makanan tambahan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan gizi anak usia dini sehingga bisa mencegah terjadinya stunting. Di samping itu upaya lain yang dilakukan untuk mencegah stunting adalah pembiasaan anak untuk rutin berolahraga (Hidajat, 2019).

B. METODE PENELITIAN

Metode yang dilakukan untuk mencegah stunting pada anak usia dini di PAUD Mulya Kelurahan Pasuluhan Kecamatan Walantaka Kota Serang adalah :

1. Pemberian makanan tambahan berupa “Sicoku” kependekan dari singkong coklat keju. Bahan singkong banyak terdapat di perkebunan warga sekitar PAUD. Pengolahannya cukup mudah, singkong dikukus sampai matang lalu dihaluskan bersama parutan keju. Kemudian singkong yang sudah halus dipadatkan hingga berbentuk balok. Langkah selanjutnya adalah dipotong-potong berbentuk kotak kira-kira ukuran 3x3 cm. Taruh kotak singkong ke dalam wadah aluminium foil dan diolesi coklat pada bagian atasnya lalu ditaburi dengan parutan keju.



Gambar 1 SICOKU (Singkong Coklat Keju)

2. Pembiasaan anak untuk senam pagi setiap hari Selasa. Senam dilaksanakan di halaman sekolah mulai pukul 8 pagi. Adapun senam yang dipilih adalah senam PAUD Holistik Integratif (PAUD HI), yang bisa diikuti oleh anak usia dini.
3. Penyadaran orang tua murid akan pentingnya pemberian makanan bergizi pada anak dan upaya pencegahan stunting. Makanan bergizi tidak harus mahal. Makanan bergizi bisa diperoleh dari lingkungan sekitar rumah seperti bayam, singkong, jagung, pepaya, jeruk, dan lain sebagainya. Program ini di laksanakan dalam kegiatan parenting.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Semua program pencegahan stunting di PAUD Mulya Kelurahan Pasuluhan Kecamatan Walantaka Kota Serang bersinergi dengan guru kelas dan orang tua murid.

1. Pemberian makanan tambahan berupa sicoku (singkong coklat keju) pada tanggal 24 Juli 2024. Sasarannya adalah murid PAUD Mulya berjumlah 12 anak. Semua anak sangat antusias dan menyukai sicoku, menurut mereka rasanya enak dan manis. Penampilan sicoku memang menarik bagi anak-anak, terutama dengan adanya topping coklat dan parutan keju di atasnya. Sekalipun bahan dasarnya berupa singkong yang merupakan makanan tradisional, namun dengan adanya inovasi yang kreatif menjadi sicoku yang disukai anak-anak. Orang tua murid pun juga tertarik dengan sicoku, mereka banyak bertanya pada kami tentang cara pembuatannya sebab mereka ingin membuatnya di rumah sendiri. Kami berhasil

menaikkan persepsi singkong dari makanan tradisional yang kurang disukai anak menjadi sicoku yang menarik dan enak di lidah anak-anak.



Gambar 2 Pemberian makanan tambahan berupa “sicoku” untuk murid PAUD Mulya

2. Pelaksanaan senam PAUD Holistik Integratif (PAUD HI) pada tanggal 30 Juli 2024. Peserta senam adalah guru bersama murid PAUD Mulya dan kami mahasiswa Uniba yang sedang KKM, khususnya dari bidang Pendidikan dan Ketrampilan. Senam dimulai pukul 8 pagi dan selesai pukul 8.30. Semua murid dengan gerakan semampunya berusaha mengikuti bu guru. Anak-anak melakukan senam dengan ceria dan gembira, hal ini tentu sangat baik bagi kesehatan mereka.



Gambar 3 Kegiatan senam PAUD HI di PAUD Mulya

3. Parenting tentang pencegahan stunting pada anak usia dini. Kegiatan ini diikuti oleh orang tua murid, dilaksanakan pada tanggal 5 Agustus 2024. Beberapa orang tua sudah paham tentang stunting dan upaya pencegahannya karena mereka adalah

kader posyandu di Kelurahan Pasuluhan. Namun masih banyak yang kurang paham tentang makanan bergizi yang murah dan mudah didapatkan. Dengan adanya kegiatan ini memberikan pengetahuan baru kepada orang tua murid tentang berbagai sumber gizi dari makanan yang murah dan mudah didapatkan, seperti tahu, tempe, jagung, singkong, ubi jalar, bayam, jeruk, papaya, dan lain-lain.



Gambar 4 Kegiatan parenting tentang makanan bergizi dan pencegahan stunting

D. KESIMPULAN

Salah satu upaya pencegahan stunting pada anak usia dini adalah melalui gerakan kampanye secara masif di masyarakat. Sosialisai kepada orang tua murid PAUD melalui kegiatan parenting dapat menjadi media penyadaran orang tua akan bahaya stunting. Selain itu dapat menjadi media penyadaran keanekaragaman makanan yang tersedia di lingkungan sekitar. Pemberian Makanan Tambahan yang murah dan bergizi dengan bahan baku yang banyak ditemui di sekitar rumah dapat menjadi aksi nyata percontohan bagi orang tua murid PAUD. Kegiatan senam bagi anak PAUD sangat baik dilakukan sebagai upaya pembiasaan hidup sehat sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

Hidajat, F. A. (2019). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan dan Penerapan Pola Hidup Bersih Sehat di PAUD Tunasmulya Desa

- Pabean Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Abdi Panca Mara*, 1(1), 25–29.
- Nurina, R., & Karawang, K. (2016). *Program Pemberian Makanan Tambahan untuk Peningkatan Status Gizi Ibu Hamil dan Balita di Kecamatan Cilamaya Kulon dan Cilamaya Wetan , Karawang*
- Widiyanti, D. S., Fauzi, R., & Afarona, A. (2021). Penanggulangan Masalah Stunting Balita Melalui Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Puding Kelor Di Desa Kutogirang. *Jurnal.Unsil.Ac.Id*, 7(2), 67–70.
- R. I., & Yulrina Ardhiyanti. (2022). Asuhan Kebidanan Pada Balita Gizi Kurang Dengan Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Biskuit Tepung Singkong Di Pmb Siti Juleha Kota Pekanbaru. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 2(1), 59–64.
- Ramayulis, Rita. 2018. *Stop Stunting dengan Konseling Gizi*. Jakarta Timur : Penebar Swadaya Grup
- Wijayanto, D., & Swastawati, F. (2016). Studi Kelayakan Usaha Produksi Asap Cair untuk Pengasapan Ikan di Kota Semarang.