



Edukasi Program Dapur Sehat Atasi Stunting (Dashat) untuk Meningkatkan Status Gizi Masyarakat

Wasiah Sufi¹✉, Sean Marta Efastri²

Falkutas Ilmu Administrasi, Universitas Lancang Kuning¹

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Lancang Kuning²

Email: wasiah.sufi@unilak.ac.id¹, seanmarta@unilak.ac.id²

Abstrak

Program Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) pada pendidik dan orangtua anak dapat dilakukan untuk menanamkan kesiapsiagaan orangtua dalam mengantisipasi dan menghadapi resiko anak stunting. Dalam rangka mengatasi stunting, program dapur sehat harus diterapkan secara menyeluruh dan berkelanjutan. Tujuan edukasi Program dashat yang dilakukan melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini agar tercapai asupan gizi keluarga yang cukup dan terhindar dari asupan gizi buruk yang dapat berpengaruh pada aspek kesehatan keluarga salah satunya adalah stunting. Lokasi kegiatan Pengabdian Masyarakat dilakukan di TK Karya Bunda Sei Kijang kabupaten Pelalawan Riau. Dalam hal ini TK Karya Bunda belum pernah dilakukan pemberian pemahaman terkait program DASHAT untuk orangtua dan pendidik agar mereka memahami menu gizi yang sehat yang akan diberikan kepada anak-anak didik sebagai bentuk nyata dalam upaya pencegahan stunting di tingkat lini masyarakat. Hasil kegiatan ini yaitu masyarakat terutama orangtua atau ibu dapat memilih bahan makanan yang berkualitas, murah, dan sehat serta dapat mengolahnya sehingga menghasilkan menu makanan yang bergizi untuk anak. Hasil pretest rata-rata bernilai 78,10 dan hasil post-test rata-rata bernilai 85,72. Peserta dapat mempraktikkan secara langsung perilaku pencegahan stunting dengan memilih makanan bergizi tinggi, murah dan sehat dalam program dapur sehat atasi stunting (DASHAT).

Kata Kunci: *Edukasi, Program DASHAT, Stunting*

Abstract

The Healthy Kitchen Overcoming Stunting Program (DASHAT) for educators and parents of children can be implemented to instill parental preparedness in anticipating and dealing with the risk of stunting in children. In order to overcome stunting, the healthy kitchen program must be implemented in a comprehensive and sustainable manner. The educational objective of the Dashat program, which is carried out through community service activities, is to achieve adequate family nutrition and avoid malnutrition which can affect aspects of family health, one of which is stunting. The location of the Community Service activities is carried out at the Karya Bunda Sei Kijang Kindergarten, Pelalawan Regency, Riau. In this case, Karya Bunda Kindergarten has never provided an understanding regarding the DASHAT program for parents and educators so that they understand the healthy nutrition menu that will be given to students as a concrete form of efforts to prevent stunting at the community line level. The result of this activity is that people, especially parents or mothers, can choose quality, inexpensive, and healthy food ingredients and can process them to produce a nutritious food menu for children. The average pretest result is 78.10 and the average post-test result is 85.72. Participants can directly practice stunting prevention by choosing highly nutritious, inexpensive and healthy foods in the Healthy Kitchen Overcoming Stunting (DASHAT) program.

Keywords: *Education, DASHAT Program, Stunting*

PENDAHULUAN

Menurut WHO (2015) *Stunting* ialah gangguan tumbuh kembang yang dialami anak akibat gizi buruk, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai, ditandai dengan tinggi badan mereka terhadap usia lebih dari dua deviasi standar di bawah median standar pertumbuhan anak (Larasati et al., 2022). Kejadian *stunting* merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh balita di dunia saat ini. *Stunting* memiliki dampak yang besar terhadap tumbuh kembang anak dan juga perekonomian Indonesia di masa yang

akan datang. Dampak *stunting* terhadap kesehatan dan tumbuh kembang anak sangat merugikan. *Stunting* dapat mengakibatkan gangguan tumbuh kembang anak terutama pada anak berusia di bawah dua tahun. Anak-anak yang mengalami *stunting* pada umumnya akan mengalami hambatan dalam perkembangan kognitif dan motoriknya yang akan mempengaruhi produktivitasnya saat dewasa. Secara ekonomi potensi kerugian ekonomi yang diakibatkan oleh *stunting* sangat besar hal tersebut tentunya akan menjadi beban bagi negara terutama akibat meningkatnya pembiayaan kesehatan (Violenta et al., 2022).

Menurut WHO (2013) upaya pencegahan pada *stunting* dapat dimulai sejak remaja. Remaja putri dapat mulai diberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi saat remaja. Pemenuhan nutrisi saat remaja dapat mencegah terjadinya gizi yang kurang saat masa kehamilan. Nutrisi yang baik saat kehamilan dapat mencegah terjadinya perhambatan pertumbuhan janin yang dikandung (Violentina et al., 2022).

Penurunan *stunting* penting dilakukan sedini mungkin untuk menghindari dampak jangka panjang yang merugikan seperti terhambatnya tumbuh kembang anak. *Stunting* mempengaruhi perkembangan otak sehingga tingkat kecerdasan anak tidak maksimal. Hal ini berisiko menurunkan produktivitas pada saat dewasa. *Stunting* juga menjadikan anak lebih rentan terhadap penyakit. Anak *stunting* berisiko lebih tinggi menderita penyakit kronis di masa dewasanya. Bahkan, *stunting* dan berbagai bentuk masalah gizi diperkirakan berkontribusi pada hilangnya 2-3% Produk Domestik Bruto (PDB) setiap tahunnya (Bapeda Lombok Timur, 2019).

Dampak jangka pendek *stunting* dapat menyebabkan mortalitas, morbiditas, dan disabilitas pada anak. Sedangkan dampak jangka panjang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan pada saat dewasa, rendahnya perkembangan kemampuan kognitif, produktivitas ekonomi, penampilan reproduksi, penyakit *metabolic* dan *kardiovaskuler* (Nastia et al., 2023).

Angka *stunting* di Indonesia konsisten menurun sejak 2013 yang berada pada 37,2%. Kemudian, kembali menurun pada tahun 2016, 2018, 2019, 2021 hingga saat ini di tahun 2022 berhasil menyentuh angka 21,6%. Ini merupakan penurunan terbaik atau yang terendah dalam sedekade terakhir. Pemerintah menargetkan penurunan angka *stunting* menjadi 14% pada akhir 2024. Untuk mencapai target tersebut, pemerintah harus mengupayakan penurunan angka *stunting* sebesar 3,8% setiap tahunnya (indonesiabaik.id 2022). Provinsi Riau tahun 2022 berhasil turun 5,3 persen, namun ada beberapa daerah yang mengalami kenaikan ataupun penurunan (riau.go.id 2023).

Program DASHAT bertujuan untuk meningkatkan kualitas gizi masyarakat melalui optimalisasi sumber daya pangan lokal dalam rangka mempercepat upaya penurunan *stunting* di tingkat desa/kelurahan. Kegiatan DASHAT diharapkan dapat menghasilkan hal-hal berikut ini:

1. Terpenuhinya gizi pada masyarakat, khususnya keluarga risiko *stunting*;
2. Diperolehnya pengetahuan dan keterampilan penyediaan pangan sehat dan bergizi berbasis sumber daya lokal bagi keluarga risiko *stunting*;
3. Meningkatnya kesejahteraan keluarga, baik melalui penyediaan gizi yang baik untuk keluarga maupun keterlibatan dalam kelompok usaha keluarga yang berkelanjutan. (Kampung & Berkualitas, 2021)

Berdasarkan analisis situasi dan observasi didapatkan beberapa permasalahan mitra yaitu rendahnya pemahaman guru dan ibu baduta mengenai *stunting*, pencegahan *stunting* dan Pemberian makanan bayi dan anak (PMBA) serta Kurangnya kegiatan edukasi dan penyuluhan tentang pencegahan *stunting* khususnya fokus pada kelompok sasaran primer. Berdasarkan hal tersebut, maka kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat di Sei Kijang terutama ibu-ibu yang memiliki anak dibawah umur 2 tahun agar mampu melakukan pencegahan *stunting*.

METODE

Kegiatan ini di laksanakan di TK Karya Bunda Sei Kijang Kabupaten Pelalawan pada bulan Mei 2023. Metode yang di gunakan dalam kegiatan ini melalui metode ceramah diskusi dan tanya jawab. Kegiatan ini memiliki tahapan yaitu diawali dengan menyebarkan *Pretest* kepada peserta, hal ini untuk melihat sejauh mana masyarakat atau orangtua dan guru mengetahui adanya program Dashat. Tahap kedua yaitu dengan metode ceramah dan diskusi, yaitu penjelasan materi tentang *stunting* dan kebutuhan Gizi oleh pemateri dari tim pengabdian, dan metode ketiga yaitu memberikan *post-test* kepada masyarakat sebagai evaluasi dari hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Metode : menguraikan cara yang digunakan untuk menyelesaikan masalah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Gunawan, sosialisasi merupakan proses penyampaian sesuatu pesan oleh seseorang kepada orang lain untuk memberi tahu atau mengubah sikap, pendapat, perilaku baik langsung maupun tidak langsung. Tiga tahapan mulai dari berapa tahapan merupakan Sosialisasi dan meningkatkan pencegahan *stunting* yang bertujuan untuk membantu menuntaskan permasalahan kesehatan para keluarga dan penderita *stunting* (Bappenas, 2013).



Gambar 1 Persiapan

Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh dosen Fakultas Ilmu Administrasi Publik dan Fakultas Keguruan Universitas Lancang Kuning Riau. Dilakukan di Kelurahan Sei Kijang Kabupaten Pelalawan bertempat di TK Karya Bunda. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 30 Mei 2023. Pada pukul 08.00 -13.00 WIB. Dihadiri oleh 22 orang peserta. Peserta dalam kegiatan ini adalah ibu rumah tangga, ibu hamil, ibu yang memiliki balita, dan calon pengantin. Kegiatan ini diawali dengan sambutan oleh ketua Gugus ibu Helma S.Pd, selanjutnya untuk kelancaran kegiatan pengabdian dilakukan pembacaan Doa. Sebelum penyampaian materi diberikan terlebih dahulu dilakukan pengisian kuisioner pretest kepada peserta yang hadir untuk melihat pengetahuan peserta terhadap *stunting*. Kemudian materi disampaikan oleh narasumber dari Tim Pengabdian. Edukasi dilakukan secara langsung pada seluruh peserta dengan menggunakan media presentasi powerpoint. Materi yang diberikan adalah mengenai *stunting*, penyebab *stunting*, dan pencegahan *stunting* melalui DASHAT.



Gambar 2 Kegiatan ceramah dan diskusi

Setelah pemaparan materi dari narasumber dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Peserta sangat antusias mengikuti kegiatan pengabdian dilihat dari banyaknya pertanyaan di sampaikan kepada narasumber sehingga diskusi berjalan begitu hangat. Pada akhir kegiatan pelaksanaan pengabdian peserta diberikan *post test* dalam bentuk kuesioner, *post-test* ini sebagai evaluasi dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat terkait pemahaman peserta tentang materi yang disampaikan oleh narasumber.

Tabel 1. Pengetahuan peserta tentang program dashat sebelum dan sesudah kegiatan

Intervensi edukasi	Nilai terkecil	Nilai terbesar	Nilai rata-rata	P value
Pretest	65	90	78,10	0,05
Post test	60	100	85,72	

Dari tabel 1 diatas dapat diketahui pengetahuan peserta meningkat signifikan dengan rata-rata pengetahuan setelah kegiatan adalah 85,72 dengan rentang 60-100 dibandingkan rata-rata sebelum kegiatan 78,10 dengan rentang nilai 65-90.



Gambar 3 Akhir kegiatan foto bersama

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan Judul program Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) di Kelurahan Sei Kijang Kabupaten Pelalawan telah selesai dilakukan, masyarakat Sangat antusias mengikuti, para peserta semangat mengikuti kegiatan tersebut.

Dari kegiatan ini peserta mendapatkan pengetahuan tentang: 1. Penyebab dan dampak dari stunting. 2. POLA "ISI PIRINGKU" Porsi makanan yang perlu dikonsumsi dalam sehari-hari. 3. Cara memilih dan menentukan bahan makanan yang cocok untuk menu sehari-hari anggota keluarga. 4. Cara memasak/mengolah makanan yang sehat sehingga memenuhi kecukupan gizi keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Bapeda Lombok Timur. (2019). 174 Anak Stunting di Lombok Timur. Retrieved from <https://bapeda.lomboktimurkab.go.id/baca-berita-174-stunting-kab-lotim2019.html>
- Bappenas. (2013). Pedoman Perencanaan Program Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dalam rangka 1000 Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK) Tahun 2013. Jakarta: Bappenas.
- Kampung, D. I., & Berkualitas, K. (2021). *Panduan dapur sehat atasi stunting di kampung keluarga berkualitas (dashat)*.
- Larasati, T. A., Irzal, A., & Azelia, F. (2022). Pendampingan Desa Jatimulyo Untuk Pencegahan Stunting Melalui Dashat (Dapur Sehat Atasi Stunting). *JPM Ruwa Jurai*, 7(November), 71–79.
- Marta, A., Putra, A. E., Buana, A., Ramadhan, A. T., Syauqi, A. A., Ramadhani, B., Salmiati, M., Jerni, M. P., Lathifa, R. V., Kurniawan, R., & Adriani, T. (2022). Upaya Pencegahan Stunting Dengan Meningkatkan Konsumsi Daun Kelor. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat METHABDI*, 2(2), 90–97. <https://doi.org/10.46880/methabdi.vol2no2.pp90-97>
- Nastia, N., Sarifudin, A., Nelvianti, N., Umar, A., & Imran, I. (2023). Edukasi Dan Operasional Dapur Sehat Atasi Stunting (Dashat) Kampung Keluarga Berkualitas Desa Boneatiro Kabupaten Buton. *MESTAKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 109–113. <https://doi.org/10.58184/mestaka.v2i2.82>
- Riau.go.id (2023). Prevalensi Stunting Riau Turun, Wagubri Ingatkan Jangan Lengah
- Violentina, Y. D. S., Suryani, L., Martilova, D., & Hayati, S. (2022). Pembinaan Keluarga Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak. *Cenderabakti: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 8–14. <https://doi.org/10.55264/cdb.v2i1.18>
- World Health Organisation (WHO) ; 2015. Kriteria stunting.