

PEMBERDAYAAN IBU DAN BALITA MELALUI PRAKTEK PEMBERIAN PUDDING LABU (*Cucurbita Moschata* Durch) KACANG HIJAU (*Vigna Radiata*) UNTUK MEMENUHI GIZI SEIMBANG PADA BAYI TERKENA STUNTING DI GUNUNG TUA LUMBAN PASIR DI KABUPATEN MANDAILING NATAL

**Eka Nurwani Ritonga¹ Erti Kumala Indah Nasution² Elda Sari Siregar³
Samsinar Harahap⁴ Qorry Hilmiyah Harahap⁵**

^{1,2,3,4,5}Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan

Abstrak

Permasalahan gizi pada anak adalah permasalahan yang menyebabkan peningkatan mortalitas dan morbiditas pada anak. Permasalahan gizi terjadi dalam berbagai macam seperti anak kurus (wasting), anak pendek (stunting), dan anak dengan kelebihan berat badan (obesity) (WHO, 2016). Permasalahan gizi terbanyak yang terjadi pada anak adalah stunting sebesar 23,8% dibandingkan kelebihan berat badan 6% (International Food Policy Research Institute, 2016). Masalah kesehatan yang sering terjadi pada Negara yang masih berkembang adalah permasalahan kurang gizi pada balita. Status gizi balita merupakan salah satu indikator keberhasilan pencapaian dalam SDGs. Masa anak balita adalah fase yang sangat sering mengalami permasalahan kurang gizi, salah satu permasalahan yang rawan terjadi pada balita adalah stunting. Stunting (anak kerdil) merupakan suatu kondisi gagal bertumbuh yang dialami balita akibat dari kekurangan gizi kronis. Salah satu factor penentu yaitu pola asuh ibu terutama pada 1000 hari pertama sampai anak berusia 2 tahun. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat kali ini adalah Bagaimana Pemberdayaan Ibu Dan Balita Melalui Praktek Pemberian Pudding Labu (*Cucurbita Moschata* Durch) Kacang Hijau (*Vigna Radiate*) Untuk Memenuhi Gizi Pada Bayi Terkena Stunting Digunung Tua Lumban Pasir Di Kabupaten Mandailing Natal

Kata kunci : Pemberdayaan; Stunting; Pudding Labu Dan Kacang Hijau

Abstract

Nutritional problems in children are problems that cause increased mortality and morbidity in children. Nutritional problems occur in various forms, such as wasting, stunting, and overweight (obesity) children (WHO, 2016). The most nutritional problems that occur in children are stunting, which is 23.8% compared to being overweight, which is 6% (International Food Policy Research Institute, 2016). Health problems that often occur in developing countries are malnutrition in toddlers. The nutritional status of toddlers is one of the indicators of successful achievement of the SDGs. Toddler childhood is a phase where malnutrition problems are very common, one of the problems that is prone to occur in toddlers is stunting. Stunting (dwarf children) is a condition of failure to thrive in toddlers as a result of chronic malnutrition One of the determining factors is the mother's parenting style, especially in the first 1000 days until the child is 2 years old. The purpose of community service this time is How to Empower Mothers and Toddlers Through the Practice of Giving Pudding Pumpkin (*Cucurbita Moschata* Durch) and Green Beans (*Vigna Radiate*) For Fulfilling Nutrition In Babies Affected By Stunting In Gunung Tua Lumban Pasir In Mandailing Natal District

Keywords: Empowerment; Stunting; Pudding Pumpkin; and Green Beans

PENDAHULUAN

Stunting atau kondisi badan anak lebih pendek dibanding tinggi badan anak seusianya merupakan salah satu masalah gizi yang dihadapi dunia khususnya di Negara-negara miskin dan berkembang. Di Indonesia, masalah stunting masih menjadi masalah kesehatan. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi sejak masa kehamilan hingga anak berusia 2 tahun. Masalah kesehatan yang sering terjadi pada Negara yang masih berkembang adalah permasalahan kurang gizi pada balita. Status gizi balita merupakan salah satu indikator keberhasilan pencapaian dalam SDG. Masa anak balita adalah fase yang sangat sering mengalami permasalahan kurang gizi, salah satu permasalahan yang rawan terjadi pada balita adalah stunting. Stunting (anak kerdil) merupakan suatu kondisi gagal bertumbuh yang dialami balita akibat dari kekurangan gizi kronis. Salah satu factor penentu yaitu pola asuh ibu terutama pada 1000 hari pertama samapai anak berusia 2 tahun. (Achadi, 2014)

Stunting, disamping berisiko pada hambatan pertumbuhan fisik dan kerentanan anak terhadap penyakit, juga menyebabkan hambatan perkembangan kognitif yang akan berpengaruh pada tingkat kecerdasan dan produktivitas anak di masa depan. Penghambat perkembangan anak berdampak negative yang akan berlangsung dalam kehidupan selanjutnya. Anak-anak pendek menghadapi kemungkinan yang lebih besar untuk tumbuh menjadi orang dewasa yang kurang berpendidikan, miskin, kurang sehat dan lebih rentan terhadap penyakit tidak menular. Oleh karena itu, anak pendek merupakan predictor buruknya kualitas sumber daya manusia yang diterima secara luas, yang selanjutnya menurunkan kemampuan produktif suatu bangsa di masa yang akan datang.

Peran ibu sangatlah penting dalam pemenuhan gizi terutama dalam memilih dan mempersiapkan makanan yang akan di konsumsi anak (Uliyanti et al. 2017). Gizi yang kuat akan menunjang pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pada anak usia 6-24 bulan sehingga anak tidak memiliki permasalahan dalam status gizi (Kyle & Carman, 2013). Pemberian gizi yang kuat apada anak dapat berkontribusi pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Heidkamp, Ayoya, Teta, Stoltzfus & Marhone, 2015).

Beberapa upaya telah dilakukan dalam penatalaksanaan permasalahan gizi anak yaitu dengan adanya program intervensi sensitive (non-kesehatan) dan spesifik (kesehatan) (WHO,2015). Pemerintah Indonesia juga merancang program intervensi sensitif. Program intervensi spesifik memiliki target mulai dari remaja wanita, ibu hamil, bayi usia 0-6 bulan dan bayi usia 6-24 bulan (KEMENKES, 2018). Program intervensi spesifik yang diberikan kepada anak usia 6-24 bulan yaitu : promosi menyusui, edukasi gizi perbaikan pemberian MP-ASI, suplementasi zink, pemberian obat cacing, fortifikasi besi dan pencegahan malaria. Menurut Hossain et al., (2017) terdapat 7 program efektif yang dikombinasikan dari intervensi sensitive dan spesifik dan salah satunya adalah edukasi gizi.

Kabupaten mandailing natal termasuk angka prevalensi stunting disumatera utara, berdasarkan data SSGI (survey status gizi) tahun 2021 madina menjadikan provinsi sumatera utara menempati posisi puncak dengan prevalensi balita stunting di sumatera utara karena factor gizi yang kurang dapat dipenuhi selain itu perilaku ibu-ibu saat hamil tidak memberikan asupan gizi yang baik sangat mempengaruhi kondisi bayi pada saat ia lahir.

Zink banyak terkandung dalam biji-bijian, salah satunya ialah biji labu (Cucurbit sp). Biji labu (Cucurbit sp) yang sering dianggap sebagai limbah ternyata memiliki nutrisi tinggi karena kaya akan protein serta berbagai mineral terutama zink. Diketahui bahwa dalam 100 gram cucurbita moschata mengandung zink sebesar 907 mg. kandungan zink pada biji labu berpotensi sebagai sumber asupan zink yang penting dalam pertumbuhan anak. Permen jelly yang biasa dibuat dengan bahan pengental dari gracilaria sp. Menjadi salah satu makanan yang disukai anak-anak.

Proses penurunan status gizi umumnya terjadi saat periode penyapihan atau ketika anak mulai dikenal pada makanan saat usia enam bulan hingga dua tahun dengan tambahan MPASI (makanan pendamping ASI) untuk mencegah defisiensi gizi dan meningkatkan perkembangan otak. (Humaniora, 2021)

Kacang hijau merupakan sumber pangan tambahan yang cukup baik terutama dalam mencegah stunting pada balita. Kacang hijau juga baik untuk

mencukupi kekurangan gizi pada masa kehamilan dan pertumbuhan pada 1000 hari pertama kehidupan. Menurut data WHO (world health organization) masih terdapat tinggi remaja ideal dengan angka sesungguhnya. Kemungkinan besar terjadi karena factor asupan gizi anak Indonesia belum memenuhi standar (Humaniora, 2021)

Hubungan Antara pertanian dan stunting yaitu terletak pada pemenuhan gizi, dimana factor penyebab terjadinya stunting yaitu pemenuhan gizi pada saat kehamilan, dimana ibu hamil dapat mengkonsumsi makanan dan minuman yang mengandung berbagai vitamin untuk memenuhi gizi anak yang ada di dalam kandungan seperti halnya sayur-sayuran dan buah-buahan. Selain itu, factor lingkungan juga menjadi salah satu penyebab terjadinya stunting sehingga disarankan untuk memerhatikan kebersihan lingkungan tempat tinggalnya dan membuat lahan pekarangan sehingga dengan adanya lahan perakaran di halaman rumah dapat mencegah stunting

PERMASALAHAN MITRA

Ibu memiliki peran penting dalam memberikan nutrisi kepada anak karena ibu adalah orang yang terdekat dengan anak. Namun pemberian nutrisi yaitu Antara ibu yang satu dengan yang lain tidak lah sama. Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa factor yang berbeda dari setiap ibu. Sehingga pemberian edukasi gizi pudding labu kacang hijau diperlukan bagi kaum ibu. Melihat latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan bahwa perumusan masalah dalam penulisan laporan ini yaitu, perlunya dilakukan “pemberdayaan ibu dan balita melalui praktek pemberian pudding labu (*Cucurbita Moschata* Durch) kacang hijau (*Vigna Radiata*) untuk memenuhi gizi seimbang pada bayi terkena stunting digunung tua lumban pasir kabupaten mandailing natal.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang dilaksanakan untuk mengatasi permasalahan mitra adalah sebagai berikut: Memberikan penyuluhan tentang pembuatan pudding dari labu kacang hijau, memberikan pelatihan pembuatan pudding labu kacang hijau.

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan, maka dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini metode pendekatan yang digunakan adalah: Tim pengusul mengidentifikasi permasalahan masyarakat.

Tim pengusul bersama masyarakat menentukan permasalahan prioritas. Yang akan diselesaikan adalah masalah-masalah yang menghambat kembang tumbuh anak yaitu: kurangnya informasi tentang pembuatan pudding labu kacang hijau, mendorong masyarakat untuk mengolah tanaman local yang ada disekitar, menambah nilai ekonomi dengan memanfaatkan perakaran, menumbuhkan minat masyarakat dalam memahami nilai gizi pada bayi, meningkatkan kesehatan, kesejahteraan masyarakat di Desa Gunung Tua Lumban Pasir.

Dari permasalahan yang telah dikemukakan diatas, untuk mencapai tujuan yang diharapkan, metode pendekatan yang ditawarkan untuk memecahkan masalah tersebut secara operasional dapat dijabarkan sebagai berikut: Memberikan penyuluhan tentang potensi tanaman perakaran, Memberikan pelatihan pembuatan pudding labu kacang hijau.

Prosedur kerja untuk mendukung realisasi metode yang ditawarkan , Menjalin kerja sama dengan pemerintah dan masyarakat. Kegiatan ini diawali dengan menjalin kerja sama dengan pemerintah dan masyarakat desa gunung tua lumban pasir yang melibatkan masyarakat desa setempat. Sosialisasi pengolahan labu kacang hijau menjadi pudding

Sosialisasi bertujuan untuk memberikan informasi tentang pemanfaatan perakaran. Selain cara pembuatannya pada tahap ini juga dijelaskan bagaimana potensi dan prospek kedepan sebagai upaya meningkatkan kesehatan masyarakat. Pendampingan pembuatan pudding kacang hijau ini pada masyarakat bertujuan untuk memastikan apakah masyarakat tersebut benar-benar sudah bisa dalam pembuatan pudding labu kacang hijau.

Tahap evaluasi akhir bertujuan untuk mengetahui tingkat kesuksesan dari pelaksanaan kegiatan secara keseluruhan. Tahap evaluasi akhir ini dilakukan oleh tim pelaksanaan kegiatan bersama-sama dengan LPPM universitas muhammadiyah tapanuli selatan.

Keterlibatan masyarakat, diawali sejak mulai persiapan sampai pada tahap pelaksanaan. Keterlibatan di dalam kegiatan sosialisasi, demonstrasi dan pelatihan pembuatan pudding labu kacang hijau, masyarakat diharapkan aktif berpartisipasi, agar pengetahuan dan keterampilan yang diberikan betul-betul dapat dikuasai dan akhirnya bisa menjadi yang lebih berpengetahuan di dalam mengasuh dan memperlihatkan tumbuh kembang anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diawali dengan adanya mahasiswa yang sedang melakukan kuliah kerja nyata sehingga menjalin kerja sama dengan masyarakat setempat. ***Pertama, Uji Pendahuluan Pembuatan Pudding Labu Kacang Hijau***, kegiatan sosialisai ini dilaksanakan di Desa Gunung Tua Lumban Pasir Kabupaten Mandailing Natal, dibalai desa setempat yang disediakan kepala desa dan dibantu mahasiswa KKN pada bulan September 2023. Kegiatan ini diawali dengan pembacaan ayat suci Alquran oleh mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan, kemudian dilanjutkan dengan kata sambutan kepala Desa Gunung Tua Lumban Pasir untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi pada bayi khususnya. Kepala desa tersebut menyampaikan bahwa masalah terbesar yang mereka alami adalah bagaimana cara membutuhkan rasa masyarakat peduli terhadap gizi pada bayi dan bagaimana agar masyarakat bisa memanfaatkan pekarangan rumah agar mengurangi pengeluaran dan bisa menambah pendapatan. ***Kedua, Sosialisasi Stunting Dan Pemberian Pudding Labu Kacang Hijau***

Kegiatan sosialisasi pembuatan pudding labu kacang hijau disampaikan ketua pelaksana, dalam sosialisasi tersebut peserta sangat bersemangat dapat dilihat bahwa peserta bersungguh-sungguh dalam menyimak pemaparan materi, bagaimana dampak stunting pada bayi, bagaimana resiko terkena stunting pada bayi dan bagaimana pengendalian terkena stunting.

1. Pendampingan Pembuatan Pudding Kacang Hijau

Pendampingan pembuatan pupuk organik bertujuan untuk memastikan apakah peserta paham dengan materi yang disampaikan. Pendampingan ini

bertujuan agar peserta mampu membuat pudding labu kacang hijau, sehingga dapat dijadikan modal ilmu untuk anak cucu nya. Dengan kegiatan ini diharapkan masyarakat setempat dapat mengetahui bagaimana pencegahan stunting dengan memanfaatkan pekarangan rumah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan sosialisasi pembuatan pudding labu kacang hijau untuk masyarakat desa Gunung Tua Lumban Pasir berlangsung dengan baik dilihat dari semangat peserta dalam menanggapi materi. Kepala desa dan masyarakat setempat mengharapkan kegiatan seperti ini bisa dilanjutkan karena bisa menjadi usaha yang meningkatkan ekonomi rumah tangga dan sekaligus memberikan gizi dan nutrisi bagi anak balita.

Saran

Kegiatan seperti ini agar lebih sering dilaksanakan agar masyarakat lebih sadar akan pentingnya pengetahuan awal bagi wanita yang belum menikah dan ibu yang sudah melahirkan.

REFERENSI

- ASEAN/UNICEF/WHO. Regional Report on Nutrition Security In ASEAN. Vol.2.Bangkok: UNICEF. 2016
- Achadi EL. Periode kritis 1000 hari pertama kehidupan dan dampak jangka panjang terhadap kesehatan dan fungsinya kursus penyegar ilmu gizi. PERSAGI 25 november 2014.
- Ahmadi. F. (2019) Kehamilan, Janin Dan Nutrisi. Yogyakarta: Deepublis Publisher
- Heidkamp, R. A., Ayoya, M.A., Teta, I, N., stoltzfus, R. J., & marhone, J. P. (2013). Original article complementari feeding practices and child growth outcomes in haiti: an analysis of data from demographic and health surveys, 1-14. <http://doi.org/10.1111/mcn.12090>
- Hossain, M. F. Nutritional value and medicinal benefits of pineapple. International journal of nutrition and food sciences 2015, 4 (1), 84.
- International Food Police Reaseach. Global Nutrition Report 2016. From Promise Malnutrition By 2023. Washington. DC The Institute 2016
- Uliyanti, Tamtomo. D. G. & Anantayu, s (2017) Factor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan. Jurnal Vokasi Kesehatan 3(2):67-77
- Kemas KEMENKES RI (2018) Bersama Cegah Stunting. Warta kesmas 2.9. WHO. (2014) Global Nutrition Target 2025. Stunting Policy Brief
- Kyle, terry & carman, susan, (2013). Essentials of pediatric nursing 2nd edition. China: wolters Kluwer.
- World health organization. (2015). Adolescent health. Tersedia di: http://www.who.int/topics/adolescent_health/en/