

Penguatan Pangan Lokal Berkelanjutan Melalui Edukasi Dapur Sehat Atasi Stunting Bagi Keluarga Berisiko

Binaridha Kusuma Ningtyas^{1*}, Hidayah Murtiyaningsih¹, Laras Sekar Arum¹

¹Universitas Muhammadiyah Jember

binaridha@unmuhjember.ac.id

Abstrak

Stunting telah menjadi permasalahan serius dan menjadi isu global. Kondisi stunting merupakan kekurangan gizi akut yang dapat menghambat perkembangan fisik dan kecerdasan anak, sehingga akan berdampak pada kualitas hidupnya di masa mendatang. Menyelesaikan stunting membutuhkan waktu yang sangat lama, dibutuhkan adanya perubahan perilaku, pola pikir, dan komitmen politik yang kuat dari stakeholder. Memahami stunting tidak hanya dari isu kesehatan, tetapi juga mencakup aspek yang lebih luas. Stunting merupakan isu multidimensi yang berkaitan erat dengan ketimpangan sosial, ekonomi, dan pendidikan. Banyak program atau kebijakan yang sudah dilakukan oleh pemerintah untuk penanganan stunting, terutama untuk penguatan tenaga pendamping atau kader di tingkat desa/kelurahan. Upaya tersebut bertujuan untuk memberikan edukasi dan pendampingan terutama bagi calon pengantin, ibu hamil, ibu menyusui, dan balita dalam penanganan stunting. Selain memperkuat tenaga pendamping di lapangan, masyarakat dapat dilibatkan dalam penguatan kelembagaan Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT). DASHAT merupakan program berbasis partisipasi masyarakat untuk mendorong pemenuhan gizi seimbang bagi keluarga berisiko stunting dengan memperkuat sumber pangan lokal. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Suci, Kecamatan Panti, Kabupaten Jember. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan edukasi dan pendampingan DASHAT dengan mendorong penguatan pangan lokal kepada keluarga berisiko stunting. Kegiatan ini menggunakan pendekatan people-driven center. Melalui pendekatan tersebut, peserta mengidentifikasi dan menyusun menu berbasis pangan lokal yang dapat digunakan dalam pemenuhan gizi seimbang untuk mengatasi stunting. Kegiatan ini mampu memberikan pemahaman kepada keluarga berisiko bahwa sumber pangan lokal jika diolah dengan tepat dapat menghasilkan sumber makanan yang bergizi.

Kata Kunci: Pemberdayaan Masyarakat, Pangan Lokal Berkelanjutan, Stunting

Abstract

Stunting has become a severe problem and has become a global issue. The condition of stunting is malnutrition which can hamper the physical development and intelligence of children, so that it will impact the quality of life in the future. Resolving stunting takes a very long time. It requires changes in behaviour, mindset, and strong political commitment from stakeholders. Understanding stunting is not only a health issue, but also covers a broader aspect. Stunting is a multidimensional issue closely related to social, economic, and educational inequality. The government has carried out many programs or policies to deal with stunting, significantly strengthening assistants or cadres at the village level. This effort aims to provide education and assistance in handling stunting, especially for prospective brides, pregnant women, nursing mothers, and toddlers. In addition to strengthening assistants in the field, the community can support the Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) institution. DASHAT is a community participation-based program to encourage balanced nutrition for families at risk of stunting by strengthening local food sources. Community service activities occur in Suci Village, Panti District, Jember Regency. Community service activities are carried out with DASHAT education and assistance by encouraging the strengthening of local food for families at risk of stunting. This activity uses a people-driven centre approach. Through this approach, participants identify and develop local food-based menus that can be used to fulfil balanced nutrition to overcome stunting. This activity can explain to at-risk families that if appropriately processed, local food sources can produce nutritious food.

Keywords : Community Empowerment, Sustainable Local Food, Stunting



Corresponding Author

Nama : Binaridha Kusuma Ningtyas

Email : binaridha@unmuhjember.ac.id

This is an open access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Copyright (c) 2023 by the Author(s)

I. PENDAHULUAN

Kerawanan pangan dan gizi buruk mencerminkan hal yang saling mempengaruhi antara akses pangan dan kerentanan sosial ekonomi. Salah satu faktor utama yang menyebabkan tingkat ketahanan pangan dan malnutrisi adalah ketersediaan dan harga pangan (Holmes, 2015). Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua orang memiliki akses baik secara ekonomi maupun sosial dalam memenuhi kebutuhan makanan mereka. Mengatasi permasalahan terkait ketersediaan pangan tidak hanya dilevel makro saja, namun juga pada level rumah tangga. Keadaan ketidakterediaan pangan dan malnutrisi dapat dipengaruhi oleh hal-hal yang bersifat politik, ekonomi, ataupun sosial. Faktor-faktor tersebut menimbulkan resiko-resiko yang dapat bersifat spesifik bagi individu dalam jangka panjang. *Food and Agriculture Organization* (FAO, 2008) mendefinisikan ketahanan pangan dalam empat dimensi, yaitu ketersediaan pangan (*physical availability of food*), akses terhadap pangan secara ekonomi dan fisik (*economic an physical access to food*), penggunaan pangan (*food utilization*), dan kondisi yang stabil (*stability of the other three dimensions over time*).

Sejatinya pangan merupakan kebutuhan dasar dan hak asasi manusia yang dijamin pemenuhannya oleh negara, oleh karenanya negara dalam hal ini berkewajiban untuk menyediakan, menjangkau, dan memenuhi konsumsi pangan yang layak, bermutu dan bergizi seimbang. Sedangkan definisi ketahanan pangan dalam Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2012 adalah hak negara dan bangsa yang secara mandiri menentukan kebijakan pangan yang menjamin hak atas pangan bagi rakyat dan yang memberikan hak bagi masyarakat untuk menentukan sistem pangan yang sesuai dengan potensi sumber daya lokal. Pangan telah menjadi topik penting dalam pembangunan dan lensa untuk mengintegrasikan dan mengatasi berbagai tantangan global. Terdapat hubungan antara peran negara dan hubungan masyarakat dalam berbagai bentuk rezim pangan. Sedangkan peran iptek dalam membentuk arah kebijakan pertanian dan pangan masih belum fokus transformasi struktural pedesaan terkait sistem pertanian pangan dan politik yang inklusif (Leach, 2020).

Dalam *Sustainable Development Goals* (SDGs) atau Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (TPB) terdapat 17 tujuan dan 169 target yang menggambarkan sasaran dan lingkup agenda pembangunan global yang inklusif dan multidimensi. Tujuan dan target tersebut menjadi dokumen agenda pembangunan berkelanjutan sampai dengan 2030. Sinergi antara RPJMN 2020-2024 dengan SDGs dapat diklasifikasikan ke dalam empat pilar, yaitu pilar pembangunan sosial, pilar pembangunan ekonomi, pilar pembangunan lingkungan, dan pilar pembangunan hukum dan tata kelola. Keempat pilar tersebut dicapai dengan beberapa strategi, yaitu SDM yang berdaya saing, produktivitas sektor ekonomi, ekonomi hijau, transformasi digital, integrasi ekonomi domestik, dan pemindahan IKN. Salah satu tujuan pembangunan keberlanjutan adalah menghilangkan kelaparan (Tujuan 2 TPB/SDGs). Tujuan ini bermaksud untuk menghilangkan kelaparan, mencapai ketahanan pangan dan gizi yang baik, serta meningkatkan pertanian berkelanjutan. Tujuan ini dapat dicapai apabila setiap orang, khususnya warga yang tidak mampu dan kelompok rentan, terutama ibu hamil, bayi, dan disabilitas terhadap akses pangan yang aman, bergizi, dan cukup dalam waktu yang lama, untuk dapat hidup sehat, cerdas, aktif, dan produktif. Dengan adanya peningkatan dalam akses pangan dibutuhkan upaya diberbagai bidang, antara lain adalah pembangunan sistem pangan, perbaikan gizi masyarakat, dan pelayanan kesehatan.

Kabupaten Jember berdasarkan hasil studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 tingkat prevalensi balita yang mengalami stunting berada pada 23,9%. Nilai ini cukup tinggi ketimbang daerah kabupaten/kota lainnya yang ada di Provinsi Jawa Timur. Tingginya prevalensi stunting di Kabupaten Jember juga sesuai dengan data oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, pada tahun 2020, tercatat terdapat 3.155 balita dibawah garis merah atau yang mengalami gizi buruk. Presentase balita yang mengalami gizi buruk di Kabupaten Jember dari tahun 2016-2020 cenderung mengalami kenaikan, sehingga hal ini seharusnya menjadi catatan bagi pemangku kebijakan baik di tingkat kabupaten maupun desa untuk melakukan upaya penanganan dan pencegahan agar jumlah balita yang mengalami gizi buruk tidak bertambah. Masih tingginya angka stunting di Kabupaten Jember membutuhkan perhatian serius dan penanganan yang tepat. Intervensi angka stunting dapat melibatkan kebijakan atau program lintas stakeholder. Program yang bertingkat makro misalnya dapat dilakukan dengan mekanisme perlindungan sosial yang sudah diberikan oleh Pemerintah Pusat dan Daerah. Selain upaya-upaya perlindungan sosial kepada kelompok yang rentan, stunting dapat dicegah dengan memberikan akses informasi di level rumah tangga. Pendampingan kepada rumah tangga dapat menggunakan pendekatan konvergenitas dan partisipatif. Metodenya dapat dilakukan dengan mengoptimalkan program-program pembangunan dan penguatan keluarga yang saling terintegrasi. Prevalensi stunting di Kecamatan Panti tahun 2021 termasuk dalam kategori cukup tinggi dibandingkan kecamatan lainnya, yaitu sebesar 14,01%.

Permasalahan yang dihadapi mitra membutuhkan kolaborasi antar sektor dalam menyamakan persepsi untuk percepatan penanggulangan stunting dengan mengedepankan pendekatan yang partisipatif. Kampung KB merupakan program pemerintah nasional yang memiliki potensi dalam upaya pencegahan stunting. Kampung KB merupakan sebuah upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang menekankan pada institusi keluarga. Kampung KB merupakan satuan wilayah setingkat desa dimana terdapat integrasi dan konvergensi penyelenggaraan pemberdayaan dan penguatan institusi keluarga. Melalui Kampung KB diharapkan dapat memberikan edukasi dan peningkatan perubahan perilaku di masyarakat. Terkait permasalahan stunting dan ketahanan pangan di Kecamatan Panti, dapat dirumuskan temuan-temuan masalah sebagai berikut:

1. Fluktuatifnya prevalensi stunting di Kecamatan Panti menunjukkan belum efektifnya program pencegahan dan penanganan yang dilakukan oleh Pemerintah Daerah.
2. Keterbatasan akses informasi dan mindset masyarakat terkait gizi dan pola makan terutama kepada ibu hamil dan bayi yang masih mempercayai mitos.
3. Terdapat perubahan pola konsumsi yang cenderung menyukai makanan instan.
4. Jumlah anggota pokja Kampung KB yang sudah terlatih masih sangat minim.
5. Tidak ada integrasi dengan dinas/instansi terkait pendukung kegiatan Kampung KB.

Berdasarkan analisis situasi dan pemetaan masalah di lapangan, dibutuhkan upaya yang bersifat partisipatif yang didukung oleh banyak pihak. Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan tindakan dari hulu ke hilir. Pencegahan dari hulu ke hilir difokuskan pada pengoptimalan 1000 hari pertama kehidupan. Atas pertimbangan masalah dan potensi yang ditimbulkan, solusi yang ditawarkan adalah melalui penguatan pangan lokal dengan melaksanakan Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT). DASHAT merupakan program

yang diiniasi oleh BKKBN untuk memperkuat kampung KN dengan menggunakan pendekatan berbasis pemberdayaan masyarakat. DASHAT sebagai bentuk kegiatan pemberdayaan masyarakat merupakan upaya untuk mendorong terciptanya pemenuhan gizi seimbang, terutama bagi keluarga berisiko stunting melalui pemanfaatan sumber daya lokal. DASHAT dilaksanakan oleh pemerintahan desa/kelurahan melalui pengembangan kelompok lokal yang disesuaikan dengan potensi dan status stunting.

II. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui pendampingan dan edukasi kepada keluarga berisiko stunting dengan menggunakan pendekatan *people-driven design*. *People-driven design* merupakan pendekatan yang berfokus pada kebutuhan manusia dengan menempatkan masyarakat sebagai pusat perhatian. Melalui pendekatan tersebut, kelompok masyarakat berpartisipasi langsung dalam mengidentifikasi masalah, penetapan tujuan, dan penyusunan program (Empatika, 2022). Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:



Gambar 1. Tahapan Kegiatan

Pada tahap persiapan, dilakukan koordinasi dengan Pihak Kecamatan Panti untuk menentukan lokasi pelaksanaan kegiatan. Berdasarkan rekomendasi pihak kecamatan, maka kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Desa Suci. Langkah selanjutnya adalah melakukan koordinasi dengan kader kesehatan di Desa Suci untuk melakukan identifikasi masalah dan observasi. Dari hasil koordinasi tersebut, tim dosen Bersama dengan kader kesehatan menentukan jumlah dan target peserta, merumuskan luaran, dan menetapkan jadwal pelaksanaan kegiatan. Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, tim dosen melakukan pendampingan dan edukasi penguatan pangan lokal berkelanjutan melalui DASHAT. Hal ini bertujuan untuk dapat meningkatkan gizi, khususnya pada keluarga berisiko stunting melalui pelaksanaan DASHAT. Tahap terakhir adalah evaluasi dan keberlanjutan DASHAT, pada tahap ini tim pelaksana memberikan lembar kerja terkait administrasi DASHAT kepada pengelola dan buku menu makanan bergizi yang disusun bersama-sama dengan peserta.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Balai Desa Suci, Kecamatan Panti pada tanggal 25-6 Februari 2023. Kegiatan melibatkan tiga kader tim pendamping keluarga dan 20 ibu rumah tangga yang berasal dari keluarga berisiko stunting yang memiliki anak usia dibawah dua tahun. Agenda pada hari pertama adalah sosialisasi dan edukasi DASHAT, penguatan sumber pangan lokal, dan pengolahan serta pengemasan makanan. Materi pertama berkaitan dengan sosialisasi dan pengelolaan DASHAT. Tim pendamping keluarga belum mengetahui apa out program DASHAT, sehingga tim pelaksana memberikan edukasi potensi DASHAT sebagai alternatif dalam menangani stunting. Tim pendamping keluarga diberikan materi tentang model pengelolaan DASHAT yang dapat disesuaikan dengan kondisi Desa Suci. Tim pelaksana menyampaikan bahwa DASHAT memiliki potensi untuk:

1. Menyediakan akses pangan bergizi khususnya kepada keluarga bersiko stunting, ibu hamil, dan ibu menyusui.
2. DASHAT dapat digunakan untuk mengolah dan mendistribusikan makanan tambahan dengan gizi seimbang, khususnya kepada keluarag berisiko stunting.
3. Melalui penguatan DASHAT, pemerintah Desa dapat meningkatkan kesejahteraan ekonomi masyarakat melalui pengelolaan pangan bernutrisi berbasis sumber daya lokal.



Gambar 2. Penyampaian Materi oleh Tim Dosen

Pada materi ini, tim pendamping keluarga juga diberikan materi berupa formulir data dasar pembentukan DASHAT. Pada formulir ini, tim pendamping keluarga membutuhkan data dasar berupa (1) jumlah kasus stunting, (2) jumlah sasaran pengamatan yang terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui, anak usia 0-23 bulan, anak usia 24-59 bulan, (3) jumlah keluarga resiko stunting yang terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui, anak usia 0-23 bulan, anak usia 24-59 bulan, dan (4) data potensi Kampung KB dengan melakukan identifikasi terhadap program lain yang sejenis, ketersediaan sumber daya manusia, dan kelompok kegiatan (poktan) yang ada di Desa Suci. Formulir data dasar tersebut dirancang untuk memperoleh data yang komperehensif terkait kondisi gizi di Desa Suci. Hal ini bertujuan untuk membantu pemerintah dan tim ppendamping keluarga yang belum memliki data valid. Adanya data dasar yang lengkap dan akurat, pemerintah desa dan tim pendamping ekluarga akan lebih memahami kebutuhan dan mudah dalam merancang program pemberdayaan masyarakat yang sesuai dengan kondisi masyarakt Desa Suci.

Materi selanjutnya adalah pemahaman terhadap kebutuhan gizi seimbang melalui sumber pangan lokal. Materi tersebut bertujuan untuk memberikan pemahaman dan ketrampilan bagi tim pendamping keluarga dan ibu-ibu yang berasal dari keluarga berisiko stunting terkait pemenuhan gizi seimbang berbasis pangan lokal. Peserta diberikan materi terkait pentingnya pemenuhan gizi seimbang dalam pencegahan stunting, variasi sumber pangan lokal yang sehat, murah, dan bergizi, pengelolaan bahan pangan, dan penyimpanan makanan. Dalam materi ini peserta yang merupakan ibu rumah tangga juga berpartisipasi dalam memilih bahan pangan lokal yang sering dan jarang dikonsumsi serta menyusun menu makanan sehat yang dibuat untuk satu minggu yang terdiri dari satu porsi makanan pokok dan kudapan. Materi terakhir pada hari pertama adalah pengolahan dan pengemasan makanan supaya gizi dalam makanan dapat terjaga. Pada materi ini, tim pelaksana menyampaikan bagaimana memilih sumber pangan lokal dalam keadaan yang bagus, cara mencuci, cara menyimpan, dan cara memasak dengan berbagai teknik dasar yaitu merebus, mengukus, menyetim, menggoreng, memanggang, dan menumis. Setelah peserta mengetahui bagaimana proses mempersiapkan makanan, peserta juga diajarkan tentang porsi yang dibutuhkan anak dalam sekali makan sesuai dengan umurnya.



Gambar 3. Peserta Mengidentifikasi Serta Menyusun Menu Pangan Lokal yang Bergizi dan Seimbang

Setelah mengikuti kegiatan pada hari pertama, peserta diharapkan dapat menginisiasi terbentuknya DASHAT, serta peserta dapat memilih dan menyesuaikan bahan pangan bergizi yang tersedia di wilayahnya dan menyusun menu makan yang bergizi dan seimbang. Pada pelaksanaan hari kedua, peserta bersama dengan tim pendamping keluarga melakukan kegiatan masak bersama dan mendistribusikan makanan tersebut. Menu makanan berdasarkan identifikasi sumber pangan lokal pada hari pertama. Menu makanan tersebut terdiri dari satu porsi makanan pokok dan kudapan. Makanan terdiri sumber gizi karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayuran, buah, dan kudapan.



Gambar 4. Hasil Olahan Makanan Bergizi dan Seimbang Berbasis Pangan Lokal

Untuk kegiatan evaluasi, peserta diminta memberikan masukan dan pendapat terkait pelaksanaan program pengabdian masyarakat. Peserta secara umum merasa sangat terbantu dengan adanya kegiatan tersebut, karena mendapatkan wawasan dan pengetahuan bahwa makanan bergizi dan seimbang tidak harus mahal. Banyak sumber makanan lokal yang murah dan mudah didapat, contohnya seperti telur, hati ayam, ikan pindang, ikan lele, ikan teri, ubi, pisang, bayam, santan, kacang tanah dan berbagai sumber pangan yang dapat digunakan sebagai alternatif dalam pemenuhan gizi seimbang. Selain itu peserta juga memiliki pengetahuan baru terkait porsi yang dibutuhkan anak dalam sekali makan. Untuk menjaga keberlanjutan program, tim pelaksana memberikan formulir data dasar untuk dapat diisi oleh tim pendamping keluarga sebagai data dasar untuk membentuk DASHAT, selain itu tim secara bersama-sama dengan peserta menyusun buku ragam menu berbasis sumber pangan lokal yang dapat digunakan referensi dalam pemenuhan gizi seimbang.

IV. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat penguatan pangan lokal berkelanjutan melalui edukasi DASHAT memiliki peran penting dalam mengatasi masalah stunting terutama bagi keluarga berisiko stunting. Melalui kegiatan ini, masyarakat mendapatkan pemahaman baru diharapkan dapat memberikan perubahan perilaku dalam mendorong mengkonsumsi makanan bergizi untuk pencegahan stunting. Melalui edukasi DASHAT dapat memberikan ketrampilan kepada tim pendamping keluarga dan keluarga berisiko stunting untuk meningkatkan aksesibilitas pangan bergizi. Melalui kegiatan ini, peserta dapat diberdayakan untuk mengenali dan memanfaatkan potensi pangan lokal yang di Desa Suci dengan memperkuat kedaulatan pangan, sehingga akan membangun kesadaran tentang keberlanjutan pangan lokal. Mendorong keberlanjutan pangan lokal dapat dilakukan dengan berkolaborasi dengan berbagai *stakeholder*, Pemerintah Desa Suci dapat membentuk *buddy system* untuk bekerja sama dengan pengelola atau kelompok lain dalam menjaga keberlanjutan program.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian masyarakat serta dukungan dari pihak Pemerintah Desa Suci atas kelancaran acara selama di lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Empatika. (2022). Caregiving Behaviors for Nutrition and Child Development in Malawi: People Driven Design. Save The Children International. Retrived from https://resourcecentre.savethechildren.net/pdf/PDD-Report_Final_Jun-20.pdf/
- Food and Agriculture Organization. (2008). An Introduction to The Basic Concepts of Food Security Information for Action. EC-FAO Food Security Programme, 1-3. Retrieved from <http://www.fao.org/dorcep/013/al936e/al936e00.pdf>
- Holmes, Rebecca. (2015). Peran Perlindungan Sosial dalam Menangani Masalah Kerawanan Pangan dan Gizi-Kurang di Indonesia: Sebuah Pendekatan Gender. Jakarta: The SMERU Institute. Retrived from https://www.smeru.or.id/sites/default/files/publication/socialprotectionodi_ind.pdf