

SOSIALISASI MAKANAN 4 SEHAT 5 SEMPURNA MENGGUNAKAN CANVA DI DESA MADE, KECAMATAN LAMONGAN, KABUPATEN LAMONGAN

Annisa' Carina¹, Bhaga Aninditatama², Novi Darmayanti³, Menik Ariyanti⁴,

^{1,2,3}Universitas Islam Darul 'Ulum. annisacarina@unisda.ac.id, bhaga@unisda.ac.id,
novidarmayanti@unisda.ac.id

⁴ITB Ahmad Dahlan. menikazzahra@gmail.com

ABSTRACT

Stunting is a condition of failure to thrive that occurs in children as a result of lack of nutrition, both in the womb and during their early growth period. Stunting is a serious problem that has a long-term impact on the health, development and productivity of individuals and society as a whole. Overcoming the problem of stunting is a joint effort from the government, community and various other stakeholders. Based on the description above, this community service collaborates with Posyandu Toddler Cadres to conduct socialization about stunting to the community of Made village, precisely in RW 08. There are no posters about 4 healthy 5 perfect foods, especially in Made village, which is a good idea to convey information in this way. which is interesting and easy to understand by various groups, especially children, parents and the general public. Posters can create socialization material that is interesting, interactive and easy to understand by various groups.

Keywords: *Stunting, Posyandu Cadres, Food.*

ABSTRAK

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh yang terjadi pada anak-anak sebagai akibat dari kurangnya gizi, baik sejak dalam kandungan maupun pada masa pertumbuhan awal mereka. Stunting merupakan masalah serius yang memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan, perkembangan, dan produktivitas individu serta masyarakat secara keseluruhan. Mengatasi masalah stunting, merupakan upaya bersama dari pemerintah, masyarakat, dan berbagai pemangku kepentingan lainnya. Berdasarkan uraian di atas, pengabdian kepada masyarakat ini menggandeng Kader Posyandu Balita untuk melakukan sosialisasi tentang stunting kepada masyarakat desa made tepatnya pada RW 08. Belum adanya poster tentang makanan 4 sehat 5 sempurna khususnya di desa made, menjadi ide yang bagus untuk menyampaikan informasi dengan cara yang menarik dan mudah dipahami oleh berbagai kalangan, terutama anak-anak, orang tua dan masyarakat umum. Poster, dapat menciptakan materi sosialisasi yang menarik, interaktif, dan mudah dipahami oleh berbagai kalangan.

Kata Kunci: Stunting, Kader Posyandu, Makanan

PENDAHULUAN

Posyandu Balita dibentuk berdasarkan Peraturan Daerah Kabupaten Lamongan Nomor 10 Tahun 2000, yang menjelaskan bahwa perlunya dibentuk suatu organisasi dan tata kerja desa, Posyandu Balita “Kemuning 8” adalah salah satu contohnya. Terletak di Desa Made Kecamatan Lamongan, Kabupaten Lamongan, Posyandu Balita “Kemuning 8” beranggotakan 5 kader kesehatan, yang terdiri 1 ketua dan 4 anggota kader. Setiap kader mewakili masing-masing RT. Posyandu Balita “Kemuning 8” merupakan gabungan 4 RT yang ada pada RW 08 Desa Made Kecamatan Lamongan, Kabupaten Lamongan, dengan jumlah 50-60 warga yang memiliki balita. Kegiatan Posyandu Balita “Kemuning 8” sampai saat ini mendukung kesehatan ibu dan anak dengan melakukan kegiatan posyandu setiap bulan.

Pada Posyandu Balita “Kemuning 8” sampai saat ini masih ditemukan balita dengan data dibawah standar. Oleh karena itu, stunting masih menjadi fokus kader posyandu di Desa Made. Berdasarkan hasil SSGI menunjukkan bahwa angka balita stunting di Indonesia secara nasional berada pada angka 21,6% pada tahun 2022 (1). Tetapi masih terdapat beberapa wilayah dengan angka stunting yang tinggi. Beberapa wilayah bahkan mengalami kenaikan angka yang cukup tinggi, salah satunya yaitu Kabupaten Lamongan dari angka 20,5 pada tahun 2021 menjadi 27,5 pada tahun 2022 (2).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh yang terjadi pada anak-anak sebagai akibat dari kurangnya gizi, baik sejak dalam kandungan maupun pada masa pertumbuhan awal mereka (3). Stunting merupakan masalah serius yang memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan, perkembangan, dan produktivitas individu serta masyarakat secara keseluruhan (4). Stunting dapat memiliki dampak jangka panjang yang serius, termasuk masalah kesehatan kronis, keterbatasan kognitif, penurunan produktivitas ekonomi, dan kerentanan terhadap penyakit (5).

Perpres Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting yang ditetapkan oleh Presiden bertujuan untuk mengatasi masalah stunting di Indonesia dengan lebih terarah dan efektif (6). Target penurunan kasus stunting dari 27,7% pada tahun 2019 menjadi 14% pada tahun 2024, hal ini menunjukkan komitmen pemerintah untuk mengurangi tingkat stunting secara signifikan dalam kurun waktu tertentu (7).

Mengatasi masalah stunting, merupakan upaya bersama dari pemerintah, masyarakat, dan berbagai pemangku kepentingan lainnya (8). Berbagai program dan kebijakan harus diimplementasikan dengan baik dan terkoordinasi untuk menurunkan angka stunting. Menurut Hasan (9) beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mengurangi angka stunting di Indonesia antara lain:

1. Peningkatan Akses Terhadap Gizi yang Berkualitas

Point ini dapat dilakukan dengan memastikan akses yang lebih baik terhadap makanan bergizi dan suplemen gizi, terutama bagi keluarga yang kurang mampu.

2. Pendidikan Gizi dan Perawatan Anak

Point ini dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan dan informasi kepada orang tua tentang pentingnya gizi yang seimbang dan perawatan kesehatan yang baik bagi anak-anak.

3. Penguatan Program Posyandu

Point ini dapat dilakukan dengan meningkatkan peran Posyandu dalam memantau pertumbuhan dan perkembangan anak-anak, memberikan layanan kesehatan ibu dan anak, serta sosialisasi tentang praktik-praktik gizi yang baik.

4. Perbaikan Infrastruktur dan Lingkungan

Point ini dapat dilakukan dengan memperbaiki infrastruktur sanitasi dan lingkungan yang bersih untuk mengurangi risiko infeksi dan penyakit pada anak-anak.

5. Pemberdayaan Masyarakat

Point ini dapat dilakukan dengan menggalakkan partisipasi aktif masyarakat dalam program-program kesehatan, termasuk kampanye penyuluhan tentang gizi dan kesehatan anak.

6. Penguatan Kebijakan Publik

Point ini dapat dilakukan dengan mengadopsi kebijakan yang mendukung upaya penanggulangan stunting, termasuk regulasi terkait pangan, gizi, dan kesehatan anak

Sosialisasi atau penyuluhan dan pelatihan kepada masyarakat dapat dilakukan oleh Kader Posyandu Balita, melalui program bulanan. Menurut Imanah (10) tugas Kader Posyandu Balita adalah sebagai berikut:

1. Pendampingan dan Edukasi

Yaitu berperan sebagai pendamping bagi ibu dan keluarga dalam memantau pertumbuhan dan perkembangan anak balita.

2. Pemeriksaan Kesehatan

Yaitu membantu dalam melakukan pemeriksaan kesehatan rutin pada anak balita, seperti pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar kepala, dan evaluasi tumbuh kembang.

3. Pemberian Imunisasi

Yaitu bertanggung jawab untuk membantu dalam pelaksanaan program imunisasi bagi anak-anak balita.

4. Pengumpulan Data dan Pelaporan

Yaitu berperan dalam pengumpulan data kesehatan anak balita di wilayah mereka, termasuk data pertumbuhan, perkembangan, dan imunisasi.

5. Advokasi Kesehatan Masyarakat

Yaitu berperan sebagai advokat kesehatan masyarakat dengan menyampaikan informasi dan pesan-pesan kesehatan kepada masyarakat luas, termasuk tentang pentingnya peran posyandu dalam meningkatkan kesehatan anak balita.

Berdasarkan uraian di atas, pengabdian kepada masyarakat ini menggandeng Kader Posyandu Balita untuk melakukan sosialisasi tentang stunting kepada masyarakat desa made tepatnya pada RW 08. Belum adanya poster tentang makanan 4 sehat 5 sempurna khususnya di desa made, menjadi ide yang bagus untuk menyampaikan informasi dengan cara yang menarik dan mudah dipahami oleh berbagai kalangan, terutama anak-anak, orang tua dan masyarakat umum. Poster, dapat menciptakan materi sosialisasi yang menarik, interaktif, dan mudah dipahami oleh berbagai kalangan (11).

Poster terkait stunting diberikan gambar animasi, sehingga dapat menjadi alat yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang masalah stunting serta langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mencegahnya (12). Sosialisasi menggunakan poster aplikasi Canva tentang makanan sehat dapat memperkuat komunitas dalam upaya pencegahan stunting. Dengan memperkenalkan makanan sehat di tingkat posyandu masyarakat dapat berbagi pengetahuan dan pengalaman mereka dalam mencegah stunting.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan di posyandu balita “Kemuning 8” Desa Made, Kecamatan Lamongan, Kabupaten Lamongan. Sasaran pengabdian yaitu warga yang mengikuti posyandu balita di Kemuning 8 Desa Made.

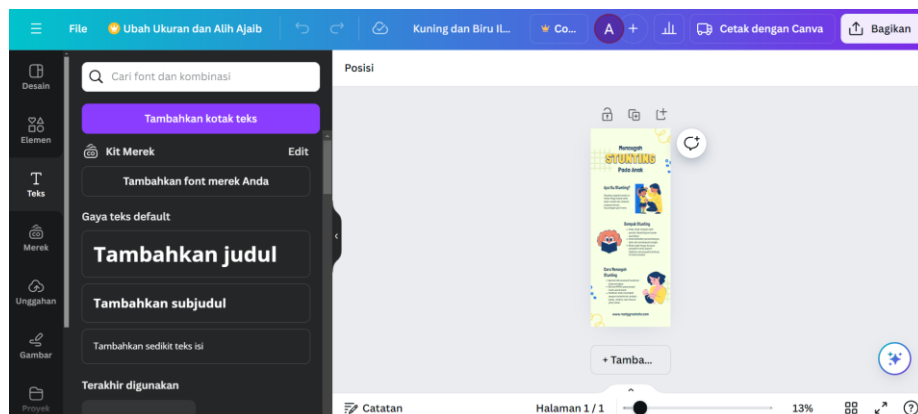
Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat oleh penulis adalah Iptek bagi Masyarakat (IbM) menggunakan poster dari aplikasi Canva serta sosialisasi tentang stunting dan makanan 4 sehat 5 sempurna. Berikut adalah penjelasan tahapan-tahapan yang digunakan.

Tabel 1. Tahapan pelaksanaan kegiatan.

Kegiatan	Metode	Partisipasi Mitra
9 Des 2023 Survey ke mitra untuk menyampaikan tahapan kegiatan	Brainstroming bersama rekan satu tim dan mitra	Memberikan informasi yang dibutuhkan
Jan 2024 Membuat materi sosialisasi berupa poster	Brainstroming bersama rekan satu tim dan mitra	Memberikan informasi yang dibutuhkan
2 Feb 2024 Memberikan sosialisasi poster pengenalan makanan 4 sehat 5 sempurna	Ceramah, tanya jawab bersama warga posyandu	Memberikan tempat pertemuan di kegiatan rutin posyandu dan menginformasikan kepada warga adanya sosialisasi
Maret-Agst 2024 Monitoring dan evaluasi kegiatan	Tabya jawab bersama warga posyandu	Memberikan tempat pertemuan di kegiatan rutin posyandu

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi stunting merupakan upaya penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya stunting dan cara pencegahannya. Sebelum melakukan sosialisasi dilakukan pembuatan poster pencegahan stunting dengan menggambarkan makanan 4 sehat 5 sempurna. Poster dibuat menggunakan aplikasi canva. Selain itu, poster menjelaskan definisi stunting, penyebab stunting, dampak stunting, dan cara pencegahan stunting.



Gambar 1. Pembuatan poster menggunakan aplikasi Canva.

Sosialisasi stunting merupakan upaya penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya stunting dan cara pencegahannya. Stunting adalah kondisi kronis di mana anak mengalami hambatan pertumbuhan yang mengakibatkan tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan standar usianya, akan tetapi terkadang ibu abai karena merasa bahwa anaknya masih aktif hanya porsi makan yang kurang. Padahal anak dengan stunting lebih rentan terhadap infeksi dan penyakit karena sistem imunnya yang lemah.

Oleh karena itu dalam pengabdian kepada masyarakat bersama kader posyandu balita memberikan layanan kesehatan dan kesejahteraan ibu dan anak, khususnya balita. Salah satu caranya adalah kegiatan sosialisasi. Adapun rangkaian kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

a. Melakukan penimbangan



Gambar 2. Penimbangan posyandu balita “Kemuning 8”.

Posyandu balita dapat melakukan berbagai kegiatan yang terfokus pada peningkatan gizi. Memantau pertumbuhan fisik dan perkembangan anak, termasuk berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala adalah salah satu penanganan untuk mengetahui dan mencegah terjadinya stunting pada anak.

Setelah melakukan penimbangan kemudian mencatat hasil penimbangan dan pengukuran di KMS (Kartu Menuju Sehat) untuk memantau pertumbuhan anak. Oleh karena itu, pelayanan dibuat dengan sistem tiga meja. Sistem pelayanan Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) dengan metode tiga meja adalah salah satu pendekatan yang digunakan untuk memberikan layanan kesehatan dasar di tingkat komunitas. Metode ini dirancang untuk memudahkan alur pelayanan dan memastikan bahwa setiap langkah dalam proses pelayanan dilakukan dengan efisien.

1. Meja 1: Pendaftaran dan penimbangan

Di meja pertama, petugas melakukan pendaftaran balita atau ibu hamil yang datang ke Posyandu. Petugas juga melakukan penimbangan berat badan balita untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan balita atau ibu hamil.

2. Meja 2: Pencatatan dan pengukuran

Di meja kedua, petugas mencatat hasil penimbangan dan pengukuran lainnya seperti tinggi badan, lingkar kepala, dan lingkar lengan atas (LILA) pada kartu KMS (Kartu Menuju Sehat). Data ini kemudian digunakan untuk memantau status gizi dan kesehatan balita.

3. Meja 3: Penyuluhan dan pelayanan

Di meja ketiga, petugas memberikan penyuluhan kesehatan kepada ibu-ibu yang hadir. Penyuluhan ini bisa berupa informasi mengenai gizi, imunisasi, perawatan kesehatan, dan pencegahan penyakit. Selain penyuluhan, meja ini juga bisa digunakan untuk memberikan layanan kesehatan tambahan seperti imunisasi, pemberian vitamin A, dan konsultasi kesehatan. Pada meja 3 biasanya di dekatkan atau bahkan di buat secara santai dengan memberikan beragam alat bermain bagi balita, agar mereka tidak merasa bosan ketika orang tua diberikan edukasi/sosialisasi

b. Pemberian Makanan Tambahan (PMT)

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah program yang bertujuan untuk meningkatkan status gizi anak-anak dan ibu hamil, terutama yang mengalami atau berisiko mengalami kekurangan gizi. Tujuan PMT adalah meningkatkan asupan gizi balita dan ibu hamil untuk mencegah dan mengatasi kekurangan gizi, membantu pertumbuhan optimal anak-anak untuk mencegah stunting.



Gambar 3. Pemberian makanan tambahan.

Jenis makanan tambahan yang diberikan untuk balita adalah bubur kacang hijau/biskuit atau snack bergizi khusus untuk balita/susu/buah-buahan segar. Jenis makanan tambahan yang diberikan untuk ibu hamil adalah susu ibu hamil/makanan kaya protein seperti kacang-kacangan, daging, ikan, dan telur/buah-buahan dan sayuran segar serta suplemen zat besi dan vitamin sesuai anjuran dokter.

PMT diberikan pada saat sesi Posyandu berlangsung, biasanya setelah kegiatan penimbangan dan penyuluhan. Selain pemberian makanan, ibu-ibu juga mendapatkan edukasi tentang cara memasak dan menyajikan makanan yang bergizi di rumah. Konseling gizi juga diberikan untuk membantu ibu-ibu memahami pentingnya asupan gizi yang cukup dan seimbang.

Dengan asupan gizi yang lebih baik, kesehatan balita dan ibu hamil dapat meningkat, mengurangi risiko penyakit dan masalah kesehatan lainnya. Selain itu, PMT membantu mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal balita, baik dari segi fisik maupun kognitif.

c. Sosialisasi gizi menggunakan poster



Gambar 4. Sosialisasi makanan 4 sehat 5 sempurna.

Sosialisasi stunting merupakan upaya penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya stunting dan cara pencegahannya. Sosialisasi dilakukan bersamaan kegiatan posyandu dengan bidan desa setempat. Adapun tujuan dari sosialisasi stunting adalah sebagai berikut:

1. Menyadarkan masyarakat tentang bahaya stunting dan dampaknya terhadap perkembangan anak,

2. Mengedukasi ibu-ibu tentang pentingnya asupan gizi yang baik selama 1000 hari pertama kehidupan anak (sejak dalam kandungan hingga usia 2 tahun),
3. Memberikan informasi tentang cara-cara pencegahan stunting melalui pola makan yang sehat dan perawatan kesehatan yang tepat.

d. Monitoring dan evaluasi

Monitoring hasil penimbangan Posyandu balita adalah bagian penting dari upaya pemantauan kesehatan dan perkembangan anak. Proses ini melibatkan pencatatan dan analisis data berat badan balita secara berkala untuk mendeteksi dini masalah gizi dan kesehatan.

No	NAMA	UMUR	JENIS KELAMIN	BB (kg)	TB (cm)	LK (cm)
1	NANDA FERDIA P	0-3-18 P	L	10,0	75,0	18,0
2	A. YUSUF ALHAKIM	15-7-18 P	P	10,0	75,0	18,0
3	M. HANIF HANIF	0-3-18 L	L	10,0	75,0	18,0
4	M. HANIF HANIF	0-3-18 L	L	10,0	75,0	18,0
5	L. M. HANIF	0-3-18 L	L	10,0	75,0	18,0
6	R. HANIF HANIF	0-3-18 L	L	10,0	75,0	18,0
7	M. HANIF HANIF	0-3-18 L	L	10,0	75,0	18,0
8	D. HANIF HANIF	0-3-18 L	L	10,0	75,0	18,0
9	S. HANIF HANIF	0-3-18 P	P	10,0	75,0	18,0
10	A. HANIF HANIF	0-3-18 L	L	10,0	75,0	18,0
11	J. HANIF HANIF	0-3-18 L	L	10,0	75,0	18,0
12	A. HANIF HANIF	0-3-18 L	L	10,0	75,0	18,0
13	A. HANIF HANIF	0-3-18 L	L	10,0	75,0	18,0

Gambar 5. Monitoring hasil penimbangan.

Melakukan monitoring secara rutin terhadap status gizi dan kesehatan anak-anak di wilayah posyandu “Kemuning 8” dilakukan dengan menggunakan data hasil penimbangan rutin. Data yang dicatat meliputi berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala. Data kader dicatat dalam buku laporan, sedangkan untuk warga posyandu dicatat menggunakan KMS masing-masing warga.

Kader menganalisis data berat badan untuk melihat apakah ada indikasi masalah gizi seperti underweight (berat badan kurang), wasting (kurus), atau stunting (pendek). Identifikasi tren pertumbuhan yang tidak normal atau stagnan yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Jika ditemukan masalah gizi, memberikan intervensi segera seperti pemberian PMT dan edukasi pemberian makanan sehat yang dilakukan ketika jadwal posyandu selanjutnya, apabila data menunjukkan tingkatan serius maka dirujuk ke fasilitas kesehatan.

SIMPULAN

Program sosialisasi stunting di posyandu merupakan inisiatif vital dalam upaya mencegah dan mengurangi prevalensi stunting di masyarakat. Melalui program sosialisasi yang telah dilakukan diharapkan dapat kesadaran ibu-ibu dan masyarakat tentang bahaya stunting, penyebab, dampak, dan pentingnya pencegahan sejak dini.

Melalui program posyandu dilakukan penimbangan, dan mencatat serta menganalisis data pertumbuhan balita. Dengan adanya fokus pada pemantauan dan pencegahan stunting, kualitas pelayanan kesehatan dasar yang diberikan oleh Posyandu menjadi lebih komprehensif dan terarah.

Program sosialisasi stunting di Posyandu dapat terus berkembang dan memberikan dampak yang lebih besar dalam upaya mencegah stunting dan meningkatkan kesehatan anak-anak di Indonesia

DAFTAR RUJUKAN

1. Rahman H, Rahmah M, Saribulan N. Upaya Penanganan Stunting di Indonesia: Analisis Bibliometrik Dan Analisis Konten. *J Ilmu Pemerintah Suara Khatulistiwa*. 2023;8(1):44–59.
2. Anggrasari H, Saputro WA. Potensi Cadangan Pangan Masyarakat Di Kabupaten Ngawi. *J Din Sos Ekon*. 2021;22(2):141–50.
3. Leroy JL, Frongillo EA. Perspective: what does stunting really mean? A critical review of the evidence. *Adv Nutr*. 2019;10(2):196–204.
4. De Onis M, Branca F. Childhood stunting: a global perspective. *Matern Child Nutr*. 2016;12:12–26.
5. Hizriyani R. Pemberian asi eksklusif sebagai pencegahan stunting. *J Jendela Bunda Progr Stud PG-PAUD Univ Muhammadiyah Cirebon*. 2021;8(2):55–62.
6. Martony O. Stunting di Indonesia: Tantangan dan Solusi di Era Modern. *J Telenursing*. 2023;5(2):1734–45.
7. Budiasa AAGR, Raka AAG, Mardika IM. Implementasi Kebijakan Padat Karya Tunai (PKT) pada Masyarakat Miskin di Desa Lebih, Gianyar. *Public Inspir J Adm Publik*. 2019;4(2):71–82.
8. Nirmalasari NO. Stunting pada anak: Penyebab dan faktor risiko stunting di Indonesia. *Qawwam*. 2020;14(1):19–28.
9. Hasan M, Hardianti E, Oktavia R. Cegah Stunting Itu Penting! *J Pengabdian Kpd Masy Sosiosaintifik*. 2022;4(2):63–7.

10. Imanah NDN, Sukmawati E. Peran Serta Kader Dalam Kegiatan Posyandu Balita Dengan Jumlah Kunjungan Balita Pada Era New Normal. *J Kebidanan Indones.* 2021;12(1).
11. Razmuliani N, Achdiani Y, Ana A. Pengembangan Video Penyuluhan Bahasa Kasih Remaja Putri Menggunakan Canva Di Pusat Pembelajaran Keluarga Kota Bandung. *JKKP (Jurnal Kesejaht Kel dan Pendidikan).* 2022;9(02):200–11.
12. Carina, A., & Ni'mah, K. (2023). Pemanfaatan Lampu LED Bolham Emergency dan Limbah Kayu Konstruksi Untuk Penerangan Pos Kampling Desa Pucangro. *Jurnal Abdi Insani, 10(2).*