

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



PENYULUHAN GISI SEIMBANG (MP-ASI) DAN UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA DI DESA ATEUK LE KECAMATAN INGGIN JAYA KABUPATEN ACEH BESAR

TIM PENGUSUL

Ketua	: Bd.Reka Julia Utama, S.Tr.Keb., M.Keb
NIDN	1306079601
Anggota (Dosen)	: Bd. Mauliana, S.Tr.Keb., M.Keb
NIDN	1308099301
Anggota (Mahasiswa)	: Suci Makfirag
NIM	22215001
Anggota (Mahasiswa)	: Nazli Zuhaira
NIM	21215023
Anggota (Mahasiswa)	: Alpira Sari Dewi
	21215024

**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH
2024**

HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Judul	Penyuluhan Gizi Seimbang (MP-ASI) Dan Upaya Pencegahan Stunting Ada Balita Di Desa Ateuk Ie Kecamatan Ingin Jaya Kabupatrn Aceh Besar
2. Ketua Pengabdian a) Nama lengkap dan gelar b) NIDN c) Perguruan Tinggi d) Program Studi	: Bd. Reka Julia Utama, S.Tr.Keb., M.Keb : 1306079601 : Universitas Bina Bangsa Getsempena : Kebidanan
3. Nama Anggota Pengabdian	: 1. Bd. Muliana 2. Khamaliyani 3. Suci Makfira 4. Ulfa Febriani 5. Apira Sari Dewi 6. Nazli Zuhaira 7. Chairunnisa Fitria
4. Waktu Pelaksanaan	: 18 November 2024 s/d 09 Desember 2024
5. Sumber Dana a) Luar Negeri b) Pemerintah/Swasta c) Institusi Internal d) Mandiri	: Rp. - : Rp. - : Rp. - : Rp. 9.000.000
Jumlah	: Rp. 9.000.000

Banda Aceh, 13 Desember 2024

Mengetahui,
Ketua LPPM

Ketua Tim Pengusul,


Helminsyah, M.Pd.
NIDN. 1320108501

Bd. Reka Julia Utama, S.Tr.Keb., M.Keb
NIDN. 1306079601

Menyetujui,
Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena


Dr. H. Fidi Kasumini, S.Si., M.Si
NIDN: 0117126801

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	ii
RINGKASAN.....	1
BAB. 1. IDENTIFIKASI MASALAH MITRA.....	3
BAB 2. SOLUSI DAN TARGET SASARAN	4
BAB 3. METODE PELAKSANAAN	12
BAB 4. PENUTUP	14
4.1. Kesimpulan	14
4.2. Saran	14
Daftar Pustaka.....	15
Lampiran	

RINGKASAN

Stunting adalah kondisi di mana seorang anak mengalami pertumbuhan yang terhambat, baik dari segi tinggi badan maupun perkembangan fisik dan kognitif, akibat kekurangan gizi kronis pada 1.000 hari pertama kehidupan, yaitu sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun. Kondisi ini dapat mengakibatkan dampak jangka panjang yang serius, seperti penurunan kemampuan belajar, daya saing, dan produktivitas di masa depan. Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), stunting terjadi ketika tinggi badan anak berada di bawah standar yang sesuai dengan usia mereka, dan hal ini banyak ditemukan di negara berkembang, termasuk Indonesia.

Di Indonesia, stunting menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi stunting pada anak-anak Indonesia masih cukup tinggi, meskipun telah ada upaya untuk mengurangi prevalensinya. Faktor utama penyebab stunting di Indonesia adalah kurangnya asupan gizi yang seimbang, terutama pada periode emas pertumbuhan anak, yang mencakup masa kehamilan dan dua tahun pertama kehidupan. Selain itu, faktor lainnya seperti akses terbatas terhadap makanan bergizi, sanitasi yang buruk, dan kesadaran masyarakat yang rendah tentang pentingnya gizi yang baik juga turut berperan dalam tingginya angka stunting di negara ini.

Pencegahan dan penanggulangan stunting membutuhkan pendekatan yang komprehensif, melibatkan perbaikan pola makan, pemberian makanan bergizi kepada ibu hamil dan balita, serta peningkatan akses terhadap layanan kesehatan yang memadai. Berbagai program pemerintah, seperti pemberian makan siang gratis di sekolah, diharapkan dapat membantu mengurangi prevalensi stunting dan meningkatkan status gizi anak-anak di Indonesia, sehingga mereka dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

Desa Ateuk Lueng Ie merupakan salah satu desa yang ada di Kecamatan Ingin Jaya, Kabupaten Aceh Besar, Provinsi Banda Aceh. Masalah mendasar yang dihadapi oleh masyarakat di desa tersebut adalah Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai gizi seimbang khususnya bagi balita.

Tujuan Kegiatan PKM Untuk memberikan penyuluhan atau edukasi mengenai gizi seimbang Untuk meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Ateuk Lueng Ie mengenai gizi seimbang bagi balita agar dapat menurunkan angka stunting dan meningkatkan gizi balita.

Manfaat PKM ini adalah dapat memberikan edukasi kepada masyarakat terkait gizi seimbang dan dapat menerapkannya kepada balitanya. Sehingga dapat meningkatkan angka gizi baik.

BAB 1. IDENTIFIKASI MASALAH MITRA

Ateuk Lung Ie merupakan salah satu gampong yang ada di Mukim Gani, kecamatan Ingin Jaya, Kabupaten Aceh Besar, provinsi Aceh, Indonesia.

Jumlah total penduduk Desa Ateuk Lueng Ie sebanyak 529 orang pada tahun 2024. Jumlah KK sebanyak 179 KK. Banyak masyarakat yang jarang memeriksakan kesehatan kepada fasilitas kesehatan dikarenakan kurang peduli terhadap status kesehatan. Para Lansia di daerah desa Ateuk Lueng Ie jarang melakukan pemeriksaan glukosa darah, asam urat dan kolesterol pada fasilitas pelayanan kesehatan. maka pelunya dilakukan pemeriksaan asam urat dan kolesterol pada ibu lansia untuk mengetahui terjadinya penyakit degeneratif pada lansia.

Permasalahan Mitra adalah sebagai berikut:

- a. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang pada balita
- b. Rendahnya tingkat status gizi pada balita

Stunting pada balita merupakan kondisi kekurangan gizi kronis yang terjadi pada anak-anak di bawah usia 5 tahun, yang mengakibatkan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif terhambat. Anak yang mengalami stunting cenderung memiliki tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan dengan standar pertumbuhan anak seusianya. Stunting sering kali terjadi karena kurangnya asupan gizi yang cukup dan seimbang pada 1.000 hari pertama kehidupan, mulai dari masa kehamilan hingga usia dua tahun. Pada tahap ini, tubuh anak sangat membutuhkan gizi yang memadai untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan organ-organ vital, termasuk otak.

Anak yang mengalami stunting memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan dalam perkembangan kognitif, kemampuan belajar yang lebih rendah, serta rentan terhadap penyakit dan infeksi. Selain itu, stunting juga dapat mempengaruhi kualitas hidup anak-anak di masa depan, seperti menurunkan produktivitas dan daya saing mereka. Oleh karena itu, pencegahan stunting sejak dini, terutama pada masa kehamilan dan balita, sangat penting.

Upaya Penyuluhan yang Dapat Dilakukan dengan Gizi Seimbang:

Penyuluhan gizi seimbang adalah salah satu cara efektif untuk mencegah stunting pada balita. Program penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya pemberian makanan bergizi yang seimbang, yang terdiri dari karbohidrat, protein, lemak sehat, vitamin, dan mineral, serta penerapan pola makan sehat bagi balita.

Beberapa upaya penyuluhan yang dapat dilakukan antara lain:

1. Edukasi mengenai 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK): Memberikan pengetahuan kepada ibu tentang pentingnya gizi yang seimbang pada masa kehamilan hingga usia dua tahun. Ini adalah masa kritis untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.
2. Pemahaman mengenai Makanan Pendamping ASI (MP-ASI): Menyuluh ibu mengenai pentingnya memberikan MP-ASI yang bergizi, serta cara memilih dan menyajikan makanan yang kaya akan nutrisi.
3. Penerapan Gizi Seimbang: Menyampaikan informasi tentang bagaimana cara mengatur pola makan yang seimbang untuk balita dengan mengkombinasikan berbagai jenis makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak sehat, serta vitamin dan mineral yang penting bagi perkembangan anak.

BAB 2. SOLUSI DAN TARGET SASARAN DAN METODE

Stunting dapat dijelaskan dengan teori pola makan yang tidak adekuat selama periode tumbuh kembang anak, terutama pada dua tahun pertama kehidupan, yaitu periode yang disebut dengan "1.000 hari pertama kehidupan." Teori ini menggarisbawahi bahwa kekurangan gizi yang terjadi pada ibu hamil dan balita dapat berakibat langsung pada pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak.

Di sisi lain, teori gizi seimbang menekankan pentingnya pemberian makanan yang mengandung berbagai zat gizi secara proporsional dan mencakup semua kelompok makanan, yaitu karbohidrat, protein, lemak sehat, serta vitamin dan mineral. Makanan yang bergizi dan seimbang sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal, serta mencegah kekurangan gizi yang dapat mengarah pada stunting.

Solusi yang Dapat Dilakukan:

1. Pemberian Makanan Bergizi: Memastikan bahwa balita mendapatkan makanan yang mengandung nutrisi lengkap dan bergizi setiap hari.
2. Pemantauan Status Gizi: Mengadakan pemantauan berat badan, tinggi badan, serta asupan gizi secara berkala untuk mendeteksi adanya stunting sejak dini.
3. Penyuluhan kepada Ibu Hamil dan Ibu dengan Balita: Memberikan informasi tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi selama kehamilan dan pemberian ASI eksklusif serta MP-ASI yang tepat kepada balita.
4. Penggunaan Sumber Daya Lokal: Mendorong penggunaan bahan makanan lokal yang bergizi dan mudah diakses oleh ibu di daerah pedesaan.

Sasaran:

Sasaran utama dari program penyuluhan ini adalah ibu yang memiliki balita (0-5 tahun), khususnya ibu hamil dan ibu dengan anak usia di bawah dua tahun, karena periode ini merupakan waktu yang sangat kritis dalam pencegahan stunting.

Metode Pelaksanaan Penyuluhan:

1. Sosialisasi melalui Kelompok Wanita: Mengadakan penyuluhan dalam kelompok-kelompok ibu, seperti kelompok PKK atau ibu-ibu pengajian, yang sering berkumpul secara teratur.
2. Penyuluhan di Posyandu: Menyelenggarakan penyuluhan secara langsung di pos pelayanan terpadu (Posyandu) yang menjadi pusat layanan kesehatan ibu dan anak.
3. Pemanfaatan Media Sosial dan Teknologi: Membuat video, artikel, atau poster mengenai pentingnya gizi seimbang yang dapat dibagikan melalui media sosial untuk menjangkau ibu-ibu muda.
4. Kelas Edukasi Gizi: Mengadakan kelas atau seminar tentang gizi seimbang untuk ibu hamil dan ibu balita yang dilakukan oleh tenaga medis atau ahli gizi.

Sasaran

Sasaran dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah Ibu lansia yang berada di Desa Ateuk Lueng Ie Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar.

Metode

Pelaksanaan penyuluhan tentang gizi seimbang dan pencegahan stunting perlu dilakukan dengan pendekatan yang memadai agar informasi dapat diterima dengan baik oleh ibu-ibu yang memiliki balita, serta untuk memastikan perubahan perilaku yang signifikan dalam pemberian makanan yang bergizi kepada anak-anak mereka. Berikut adalah beberapa metode yang dapat diterapkan dalam pelaksanaan penyuluhan:

BAB 4

PENUTUP

4.1. Kesimpulan

Pencegahan stunting merupakan upaya yang sangat penting dalam mendukung tumbuh kembang anak dan mencegah berbagai masalah kesehatan jangka panjang. Program penyuluhan gizi seimbang kepada ibu hamil dan ibu dengan balita sangat efektif untuk mengatasi masalah gizi buruk dan stunting. Penyuluhan ini dapat dilakukan dengan berbagai metode yang relevan dan melibatkan masyarakat setempat untuk mencapai dampak yang maksimal.

4.2 Saran

- a. Penyuluhan mengenai pentingnya gizi seimbang harus dilakukan secara terus-menerus dan menyeluruh, dengan mengedepankan pemahaman yang mendalam tentang 1.000 hari pertama kehidupan.
- b. Diperlukan kerjasama yang lebih intens antara pemerintah, tenaga medis, dan organisasi masyarakat untuk memastikan penyuluhan dapat menjangkau semua ibu di daerah terpencil.
- c. Meningkatkan fasilitas Posyandu dan akses ibu hamil dan balita terhadap layanan gizi yang memadai untuk mencegah stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Trihono et al. Pendek (Stunting) Di Indonesia, Masalah Dan Solusinya. (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2015).
- UNICEF, WHO & Group, W. B. Levels and Trends in Child Malnutrition. Joint Child Malnutrition (2018).
- Masyarakat, D. G. Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017. (2018). 4. Dinkes. Profil Kesehatan Kabupaten Gunungkidul. (2017).
- Dewi, E. K. & Nindya, T. S. Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Besi dan Seng dengan Kejadian Stunting pada Balita 6-23 Bulan. *Amerta Nutr* 361– 368 (2017). doi:10.20473/amnt.v1.i4.2017.361-368
- Taufiqurrahman, Hadi, H., Julia, M. & Herman, S. Defisiensi Vitamin A dan Zinc sebagai Faktor Risiko Terjadinya Stunting pada Balita di Nusa Tenggara Barat. *Media Penelit. dan Pengemb. Kesehat.* XIX, 84–94 (2009).
- Anggraheni, N. & Pramono, A. Gambaran Kadar Serum Seng (Zn) dengan Z-score TB/U pada Anak Usia 9-12 Tahun (Studi Penelitian di SDI Taqwiyatul Wathon Semarang Utara). *Journal Nutr. Coll.* 4, 557–561 (2015). 8. Andriani, M. & Wirjatmadi, B. Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan. (Kencana, 2012).
- Par'i, H. M. Penilaian Status Gizi : Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar. (EGC, 2017)
- Uliyanti, Tamtomo, D. G. & Anantanyu, S. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-59 Bulan. *J. Vokasi Kesehat.* 3, 67–77 (2017).
- Dewi, I. A. K. C. & Adhi, K. T. Pengaruh Konsumsi Protein dan Seng serta Riwayat Penyakit Infeksi terhadap Kejadian Stunting pada Anak Balita Umur 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa

DOKUMENTASI KEGIATAN





SURAT TUGAS
No. 09/SJ/1110/14.2/PE/VI/2024

Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena (UBBG) dengan ini menugaskan:

No.	Nama	NIDN/NIM	Jabatan	Kemampuan
1.	Ib. Reka Julia Utama, S.Ti. Keb., M.Keb.	1006079001	Dosen	Ketua
2.	Ib. Muliara, S.Ti. Keb., M.M	1308090301	Mahasiswa	Anggota
3.	Khamaliyani	21215018	Mahasiswa	Anggota
4.	Suci Mukhlis	21215001	Mahasiswa	Anggota
5.	Lita Febrian	21215002	Mahasiswa	Anggota
6.	Alpita Sari Dewi	21215024	Mahasiswa	Anggota
7.	Nurli Zubaira	21215023	Mahasiswa	Anggota

Untuk Melakukan Kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi Bidang Pengabdian Kepada Masyarakat dengan Judul "Penyuluhan tentang Pemenuhan Gizi Seimbang (MPASI) dan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Desa Ateuk Lueng Ie". Kegiatan ini akan dilaksanakan pada:

Hari / Tanggal : Senin, 18 November s.d. Senin, 09 Desember 2024

Tempat : Desa Ateuk Lueng Ie, Kec. Ingin Jaya, Kab. Aceh Besar

Demikian surat tugas ini dikeluarkan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Banda Aceh, 15 November 2024
Rektor UBBG,

Dr. Lili Kusnini, S.Si., M. Si
NIDN. 0117126801



**PEMERINTAHAN KABUPATEN ACEH BESAR
KECAMATAN INGIN JAYA
GAMPONG ATEUK LUENG IE**

Sekretariat: Jalan Dayah Riyadussalihin - Ateuk Lueng Ie Kode Pos 23371

Nomor : Istimewa
Lampiran : -
Hal : Sudah Melakukan Pengabdian

Aceh Besar, 05 Desember 2024

Kepada Yth,
Dekan/Wakil Dekan Fakultas
Sains Teknologi dan Ilmu
Kesehatan Universitas Bina
Bangsa Getsempena

di -
Banda Aceh

Asalamualaikum, Wr. Wb.

Sehubungan dengan Surat Rekomendasi Melakukan Kegiatan Pengabdian Mahasiswa dari Universitas Bina Bangsa Getsempena, Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan dengan Nomor: 0178/131013/L.2/P1/XI/2024

Maka dengan ini kami menerima bahwa:

No	Nama	NIDN/NIM	Jabatan	Keterangan
1	Bd. Reka Julia Utama, S.Tr.Keb., M.Keb	1306079601	Dosen	Ketua
2	Bd. Muliana, S.Tr.Keb., M.KM	1308099301	Dosen	Anggota
3	Khamaliyani	21215018	Mahasiswa	Anggota
4	Suci Makfirah	21215001	Mahasiswa	Anggota
5	Ulfa Febriani	21215002	Mahasiswa	Anggota
6	Alpira Sari Dewi	21215024	Mahasiswa	Anggota
7	Nazli Zuhaira	21215023	Mahasiswa	Anggota
8	Chairunnisa Fitria	21215006	Mahasiswa	Anggota

Kepada yang tersebut namanya diatas telah melakukan pengabdian dengan judul *"Penyuluhan tentang Pemenuhan Gizi Seimbang (MPASI) dan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Desa Ateuk Lueng Ie Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar"*.

Demikian surat keterangan ini kami keluarkan, agar dapat di maklumi, sebelum dan sesudahnya kami ucapkan terima kasih.

Wassalam

Ketuk Gampong Ateuk Lueng Ie,



No	NAMA	ALAMAT	TANDA TANGAN
1	Nur Ibtis	Abcut Lung ke	Nur
2	Rusdanti	Abcut Lung ke	Rusdanti
3	Siti Sarah	Abcut Lung ke	Siti Sarah
4	Nur Maini	Abcut Lung ke	Nur Maini
5	Nita Wati	Abcut Lung ke	Nita Wati
6	Nur Mala	Abcut Lung ke	Nur Mala
7	Aisyah	Abcut Lung ke	Aisyah
8	Sunati	Abcut Lung ke	Sunati
9	Jariyah	Abcut Lung ke	Jariyah
10	Mariamah	Abcut Lung ke	Mariamah
11	Najmi	Abcut Lung ke	Najmi
12	Jauhari	Abcut Lung ke	Jauhari
13	Huzaimah	Abcut Lung ke	Huzaimah
14	Maimunah	Abcut Lung ke	Maimunah
15	Yuskhana	Abcut Lung ke	Yuskhana
16	Saudah	Abcut Lung ke	Saudah
17	Ummi Falsum	Abcut Lung ke	Ummi Falsum
18	Rannati	Abcut Lung ke	Rannati
19	Juwariyah	Abcut Lung ke	Juwariyah
20	Nur Hayati	Abcut Lung ke	Nur Hayati

21	Jauhan	Abent Lueng le	<i>[Signature]</i>
22	Sain	Abent Lueng le	<i>[Signature]</i>
23	Darmawati	Abent Lueng le	<i>[Signature]</i>
24	Rahmadi	Abent Lueng le	<i>[Signature]</i>
25	Rukayah	Abent Lueng le	<i>[Signature]</i>
26	Nurbina	Abent Lueng le	<i>[Signature]</i>
27			
28			
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			
39			
40			