

ISU KESEHATAN STUNTING DAN STRATEGI PENANGANANNYA MELALUI PENGUATAN KONSUMSI PANGAN LOKAL

Anggri Alfira Yunita Assa¹, Juliana Neng Sarman²

^{1,2}Prodi Sarjana Administrasi Kesehatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bala Keselamatan Palu

ABSTRACT

The issue of stunting is one of the hot issues in the construction of the health sector in Indonesia. The aim of this study is to try to describe the role of local food as a reasonable alternative nutritional intake for the community. One of the efforts to prevent stunting is to try providing locality-based food nutrition. This research method is descriptive qualitative with a literature review approach. Data sources come from various academic texts with an empirical basis presented in various journals, books and various other forms of publication. The results of the study are that efforts to deal with stunting by providing nutrition based on local food are very dependent on (1) government policy in terms of supporting systems for the empirical reality of local food, (2) the characteristics of the community, how they react to local food with certain nutritional content, (3) The processing pattern is used so that with certain techniques the nutritional content is adequate and still provides an appetizing taste.

Keywords : Stunting, Food, Local, Health

ABSTRAK

Isu stunting menjadi salah satu isu yang seksi dalam konstruksi pembangunan bidang Kesehatan di Indonesia. Tujuan kajian ini adalah mencoba mendeskripsikan bagaimana peran pangan lokal sebagai bahan asupan gizi alternatif yang masuk akal bagi masyarakat. Upaya pencegahan stunting memang salah satunya dicoba dari pemberian gizi makanan berbasis lokalitas. Metode penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan kajian pustaka. Sumber data dari berbagai naskah akademik dengan basis empiris yang tersaji dalam berbagai jurnal, buku dan berbagai bentuk publikasi lainnya. Hasil kajian adalah upaya penanganan stunting dengan pemberian gizi berdasar pangan lokal sangat tergantung dari (1) kebijakan pemerintah dalam hal supporting system terhadap realitas empiric pangan lokal setempat, (2) karakteristik masyarakat bagaimana penyikapan mereka terhadap pangan lokal dengan kandungan gizi tertentu, (3) pola olahan yang digunakan sehingga denganteknik tertentu kandungan gizi memadai dan tetap memberikan cita rasa yang membangkitkan selera.

Kata Kunci : Stunting, Pangan, Lokal, Kesehatan

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh balita. Salah satu penyebab stunting adalah faktor lingkungan atau kurangnya pengetahuan ibu dan cara pola asuh yang salah. Masalah stunting ini menjadi salah satu permasalahan gizi yang dihadapi oleh negara - negara miskin dan berkembang. Karena stunting akan mengakibatkan tingkat kecerdasan tidak maksimal, menjadikan anak menjadi lebih rentan terhadap penyakit, dan di masa depan dapat beresiko pada menurunnya tingkat produktivitas (Hartutik et al., 2024).

Pada akhirnya secara luas stunting akan dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan dan memperlebar ketimpangan. Berbagai bukti ilmiah telah menunjukkan bahwa stunting pada balita berkaitan dengan terjadinya gangguan pertumbuhan dan perkembangan, termasuk termasuk perkembangan kognitif dan fisik, gangguan metabolisme yang membawa peningkatan risiko penyakit degeneratif, serta perkembangan sosio- emosional pada periode kehidupan selanjutnya(Hartutik et al., 2024).

Keadaan stunting akan terjadi pada anak balita usia 1.000 hari pertama kehidupan (HPK) yang mengalami gagal tumbuh yang diakibatkan terjadinya gizi kronis. Hal tersebut menyebabkan munculnya berbagai kelainan pertumbuhan dan perkembangan anak karena lebih rentan atau beresiko menderita penyakit. Tidak jarang ditemui anak yang mengalami stunting mengalami permasalahan dalam perkembangan otak dan tubuh. Anak-anak yang tergolong stunting dapat terlihat pada panjang atau tinggi badannya lebih rendah dari standar nasional yang dapat dilihat pada Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Akibat pada masa jangka panjangnya, ketika dewasa nanti maka akan mempengaruhi produktivitas dan munculnya berbagai penyakit kronis (Rahman et al., 2023).

Salah satu strategi untuk mengatasi stunting yang harus dilaksanakan yakni intervensi pemenuhan gizi pada balita untuk meningkatkan pengetahuan ibu pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) dengan pemberian edukasi berupa penyuluhan kepada ibu balita. Pengalaman dan bukti Internasional menunjukkan bahwa dapat menghambat pertumbuhan ekonomi dan menurunkan produktivitas pasar kerja, sehingga mengakibatkan hilangnya 11% GDP (Gross Domestic Products) serta mengurangi pendapatan pekerja dewasa hingga 20% . Pencegahan stunting penting dilakukan sedini mungkin untuk menghindari dampak jangka panjang yang merugikan. Upaya pencegahan stunting secara dini harus dilakukan supaya wanita usia subur yang akan mempersiapkan kehamilan sehingga 1000 hari pertama kehidupan (HPK) anak berhasil dipersiapkan dengan baik (Hartutik et al., 2024).

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian yang mengeksplorasi dan memahami makna di sejumlah individu atau sekelompok orang yang berasal dari masalah sosial (Cresswell, 2012).Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan kajian atau studi pustaka. Penelitian kualitatif berusaha mencari jawaban yang kemudian dinarasikan atau dideskripsikan secara terstruktur dan sistematis. Problem stunting merupakan realitas sosial yang memerlukan penanganan serius agar cita – cita mewujudkan generasi emas tidak absurd.

Sumber data berupa data skunder, yang dalam diskurusus penelitian ini menjadi sumber data yang akan di kaji , dianalisis dengan seksama lalu hasilnya di deskripsikan dalam pembahasan. Data tersebut dari berbagai sumber yang kompatibel dengan tema penelitian, seperti naskah – naskah jurnal, buku, video dan sumber lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu internal dan eksternal. Secara internal stunting disebabkan oleh faktor yang berhubungan langsung dengan tumbuh kembang bayi atau balita seperti pola asuh, pemberian imunisasi, pemberian ASI Eksklusif dan pemberian MP-ASI, kecukupan protein dan mineral, penyakit infeksi dan genetik. Sedangkan Secara eksternal di pengaruhi oleh faktor sosial ekonomi keluarga dan pendapatan keluarga (Purwanti et al., 2022).

Penanganan stunting perlu koordinasi lintas sektor dan melibatkan pemangku kepentingan yaitu pemerintah, dunia usaha, masyarakat dan lainnya. Upaya penanggulangan dilakukan pemerintah Kementerian kesehatan , Dinas Provinsi dan Kabupaten/Kotadan

Intervensi sensitif terkait kesehatan lingkungan, penanggulangan kemiskinan dan pemberdayaan perempuan (Purwanti et al., 2022).

Status gizi ibu hamil sangat memengaruhi keadaan kesehatan dan perkembangan janin. Gangguan pertumbuhan dalam kandungan dapat menyebabkan berat lahir rendah. Penelitian di Nepal menunjukkan bahwa bayi dengan berat lahir rendah mempunyai risiko yang lebih tinggi untuk menjadi stunting (Zurhayati & Hidayah, 2022). Panjang lahir bayi juga berhubungan dengan kejadian stunting. Penelitian di Kendal menunjukkan bahwa bayi dengan panjang lahir yang pendek berisiko tinggi terhadap kejadian stunting pada balita (Meilyasari dan Isnawati, 2014). Faktor lain yang berhubungan dengan stunting adalah asupan ASI Eksklusif pada balita. Penelitian di Ethiopia Selatan membuktikan bahwa balita yang tidak mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan berisiko tinggi mengalami stunting (Fikadu, et al., 2014)

Pemerintah Daerah, OPD dan masyarakat belum memiliki pandangan yang sama tentang cara mengatasi permasalahan stunting. Hal ini, mengindikasikan tujuan kebijakan pencegahan stunting belum berhasil dicapai. Untuk itu, pemerintah menetapkan beberapa peraturan, yaitu Perpres No. 83 tahun 2017 tentang Kebijakan Strategis Pangan dan Gizi, Permen PPN/Kepala Bappenas No. 1 Tahun 2018 tentang Pedoman Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi yang menetapkan RAN-PG, Pedoman Penyusunan RAD - PG, dan Pedoman Pemantauan dan Evaluasi RAN/RAD-PG. Strategi nasional menggunakan pendekatan lima pilar pencegahan stunting, yaitu: (1) Komitmen dan visi kepemimpinan; (2) Kampanye nasional dan komunikasi perubahan perilaku; (3) Konvergensi, koordinasi, dan konsolidasi program pusat, daerah, dan desa; (3) Gizi dan ketahanan pangan; (4) Pemantauan dan evaluasi (Ariyanti et al., 2023).

Salah satu cara untuk menanggulangi dan / atau mencegah stunting adalah dengan penguatan konsumsi olahan pangan lokal. Hal menjadi menarik sebab kemampuan pengolahan pangan lokal sangat tergantung pada kecakapan lokal masyarakat setempat, bagaimana mereka mengolah dengan resep dan pola yang tidak mengurangi kandungan gizi dari bahan makanan tersebut. Pada kenyataannya saat ini pelaksanaan kebijakan keamanan pangan lokal tidak sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Pengembangan tanaman lokal yang dilakukan pemerintah daerah tidak sesuai dengan jenis tanaman yang dibutuhkan masyarakat dan tidak sesuai dengan lahan pertanian dan pekarangan masyarakat. Jenis pangan lokal yang sesuai dengan pangan acap kali berbeda dengan apa yang disediakan pemerintah. Dalam pelaksanaannya bibit tanaman yang disediakan bukan dari jenis tanaman tersebut. Hal ini menjadi faktor penghambat dalam pemenuhan asupan gizi masyarakat. Masyarakat lebih mengutamakan menanam tanaman untuk kebutuhan pokok keluarga seperti tanaman rempah, obat-obatan dan lainnya yang tidak termasuk kedalam pencegahan stunting (Ariyanti et al., 2023).

Dalam level empiris, dikatakan oleh LIPI bahwa singkong dan ubi jalar dapat ditanam dan mudah ditemukan. Hanya saja kurangnya pemahaman ibu-ibu hamil tentang bagaimana cara pengolahan singkong dan ubi jalar untuk menjadi makanan yang sehat, bergizi, dan makanan tambahan/cemilan untuk meningkatkan asupan gizi. Selanjutnya, status gizi, masalah kesehatan pada anak, kebiasaan makan makanan instan, dan tinggi badan ibu berhubungan dengan stunting pada balita. Pantang makanan, riwayat konsumsi tablet besi, riwayat antenatal care, riwayat penyakit penyerta dalam kehamilan, riwayat pemberian ASI eksklusif, sanitasi air bersih, lingkungan perokok dan kondisi ekonomi tidak berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. Status gizi, tinggi badan ibu, dan kebiasaan makan makanan instan secara bersama-sama sebagai faktor resiko kejadian stunting pada balita (Ngura, 2022).

Optimalisasi pemanfaatan pangan lokal atau pangan yang ada di sekitar masyarakat merupakan salah satu alternatif dalam mengatasi terbatasnya akses pangan keluarga. Dengan adanya upaya pemanfaatan pangan lokal, masyarakat desa khususnya kelas ekonomi menengah

ke bawah dapat meminimalisir alokasi pendapatan keluarga untuk membeli pangan. Hasil penelitian menyebutkan bahwa pangan lokal yang ditanam di pekarangan atau taman rumah mampu mengatasi kerawanan pangan dan kekurangan gizi serta (Khairul Anam et al., 2022).

Konsumsi makanan sampel berupa zat gizi energi, karbohidrat dan lemak sebelum dan sesudah intervensi dalam kategori di bawah AKG. Balita gizi kurang memiliki tingkat asupan energi, protein dan lemak lebih rendah dibandingkan dengan balita gizi baik. Kekurangan energi pada seseorang merupakan indikasi kekurangan zat gizi lain. Apabila kondisi ini dibiarkan dalam jangka waktu lama, maka akan mengakibatkan penurunan berat badan. Kekurangan protein menyebabkan retardasi pertumbuhan dan kematangan tulang karena protein adalah zat gizi yang esensial dalam pertumbuhan (Khairul Anam et al., 2022).

Cake singkong adalah cake yang terbuat dari singkong. Ibu hamil bahwa singkong merupakan makanan pengganti nasi dan juga menjadi makanan tambahan pada saat kelaparan. Singkong di olah menjadi cake akan semakin nikmat. Komposisi dari cake singkong antara lain 1 buah singkong, 2 butir telur, 3 sedok makan gula pasir, dan ½ sedok teh garam. Nilai gizi dari cake singkong energi 800 (kkal), lemak 1,4 (gram), protein 6,8 (gram), karbohidrat 190,3 (gram), folat 135 (mg), vitamin C 103 (mg), vitamin K 9,5 (mg). Berdasarkan hasil uji organoleptik ke-7 ibu hamil mengatakan bahwa cake singkong memiliki aroma sangat wangi khas dari aroma singkong, memiliki rasa yang sangat gurih dan enak, memiliki tekstur yang sangat empuk/lembut, dan memiliki warna yang menggugah selera perpaduan antara kuning telur dan singkong dan memiliki warna putih kekuning-kuningan (Yulmaniati, 2023).

Pentingnya makanan bergizi bagi anak cenderung minim, hal ini terlihat ketika para guru ikut serta dalam memberikan makanan cepat saji kepada anak, salah satunya bakso. Bakso merupakan salah satu makanan yang hampir digemari oleh seluruh orang, akan tetapi bakso mengandung banyak lemak jenuh serta MSG. Lemak jenuh dan MSG ini dapat menjadi salah satu penyebab penyakit pada anak (Hidajat, 2019).

KESIMPULAN

Stunting dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu internal dan eksternal. Secara internal stunting disebabkan oleh faktor yang berhubungan langsung dengan tumbuh kembang bayi atau balita seperti pola asuh, pemberian imunisasi, pemberian ASI Eksklusif dan pemberian MP-ASI, kecukupan protein dan mineral, penyakit infeksi dan genetik. Hasil kajian adalah upaya penanganan stunting dengan pemberian gizi berdasar pangan lokal sangat tergantung dari (1) kebijakan pemerintah dalam hal supporting system terhadap realitas empiric pangan lokal setempat, (2) karakteristik masyarakat bagaimana penyikapannya terhadap pangan lokal dengan kandungan gizi tertentu, (3) pola olahan yang digunakan sehingga dengan teknik tertentu kandungan gizi memadai dan tetap memberikan cita rasa yang membangkitkan selera

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti, R., Yusran, R., Alhadi, Z., & Malau, H. (2023). Dinamika Pelaksanaan Kebijakan Keamanan Pangan Lokal dalam Pencegahan Stunting. *Journal of Civic Education*, 5(4), 469–475. <https://doi.org/10.24036/jce.v5i4.825>
- Cresswell, J. (2012). Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approach. In *Sage Publication* (Vol. 1999, Issue December).
- Hartutik, S., Khotimah, N., & Pratiwi, L. N. (2024). Upaya Pencegahan Stunting di Kelurahan Tegalarjo Surakarta. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 6(1), 15–22.
- Hidajat, F. A. (2019). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan dan

- Penerapan Pola Hidup Bersih Sehat di PAUD Tunasmulya Desa Pabean Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Abdi Panca Mara*, 1(1), 25–29. <https://doi.org/10.51747/abdipancamarga.v1i1.480>
- Khairul Anam, A., Husna, A., & Mardhatillah, G. (2022). TINJAUAN PUSTAKA Peran Makanan Lokal dalam Penurunan Stunting. *Ked. N. Med* |, 5(3), 47–53.
- Ngura, E. T. (2022). Upaya Pencegahan Stunting melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Ubi untuk Meningkatkan Asupan Gizi Ibu Hamil. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 4(1), 292. <https://doi.org/10.35473/ijec.v4i1.1318>
- Purwanti, A., Widyaastuti, T., & Suminar, Y. (2022). Kebijakan dan Strategi Pencegahan dan Penanganan Stunting. *Jurnal Kewarganegaraan*, 6(1), 1–48.
- Rahman, H., Rahmah, M., & Saribulan, N. (2023). Upaya Penanganan Stunting Di Indonesia. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa (JIPSK)*, VIII(01), 44–59.
- Yulmaniati. (2023). Stunting Di Desa Bandar Baru , Kecamatan Sibolangit ,. *MODELING Jurnal Program Studi PGMI*, 10(1), 254–260.
- Zurhayati, Z., & Hidayah, N. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.36341/jomis.v6i1.1730>