



**LAPORAN**  
**PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
**SKIM MEMBANTU NAGARI MEMBANGUN**  
**YANG DIBANTU OLEH MAHASISWA**

**JUDUL**  
**EDUKASI DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM UPAYA**  
**PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN STUNTING DI NAGARI TANDIKEK**  
**KECAMATAN PATAMUAN KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

1. Ketua Tim : Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM
2. Anggota 1 : Rizky Ananda Siregar

*Ket: Isi data pada kata dalam kurung ( )*

**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
**UNIVERSITAS ANDALAS**  
**2022**

## LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN

### Skim Membantu Nagari Membangun Yang Dibantu Oleh Mahasiswa (Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting)

#### 1. Mitra Nagari

- a. Nama Nagari : Tandikat
- b. Nama Wali Nagari : Shahrudin
- c. Alamat Kantor Wali Nagari : Korong Mudiak Balai, Padang Pariaman

#### 2. Ketua Tim

- a. Nama : Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM
- b. NIDN : 0017051702
- c. Sinta ID : 5995306
- d. Jabatan/Golongan : Lektor Kepala/IVa
- e. Bidang Keahlian : Gizi/Ilmu Kesehatan Masyarakat
- f. Fakultas : Kesehatan Masyarakat
- g. Alamat Kantor/HP/Email : Jl. Perintis Kemerdekaan, Jati, Padang

#### 3. Nama Anggota Tim Pengusul

- a. Jumlah Anggota : 2
- b. Anggota 1/ Fakultas : Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM/ Fakultas Kesehatan Masyarakat
- c. Anggota 2/ Fakultas : Rizky Ananda Siregar / Fakultas Ekonomi dan Bisnis

#### 4. Lokasi Kegiatan/Mitra

- a. Wilayah Mitra (Nagari/Kecamatan) : Tandikek
- b. Kabupaten/Kota : Padang Pariaman
- c. Jarak lokasi mitra ke Unand (km) : ± 61 km

#### 5. Keterlibatan Mahasiswa

- a. Jumlah Mahasiswa ..... : 22
- b. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Rizky Ananda Siregar / 1910511022/ Ilmu Ekonomi
- c. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Dina Assyfa/ 1910521034/ Manajemen
- d. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Muhammad Alif Naufaldo/ 1910522039/ Manajemen
- e. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Sri Wahyuni/ 1911011026/ Farmasi
- f. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Salmi Fitri/ 1910111135/ Ilmu Hukum
- g. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Habib Fadhlurrohman/ 1910113100/ Ilmu Hukum
- h. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Syerli Ermita Putri/ 1910731026/ Sastra Inggris
- i. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Abdul Jamil Al Rasid/ 1910741001/ Sastra Minangkabau
- j. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Fathiya Janissary Kautsar/ 1910843008/ Administrasi Publik
- k. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Annasaa Regita Putri Andi/ 1910811007/ Sosiologi
- l. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Fadhil Athala Arsan / 1910832010/ Ilmu Politik

- m. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Nadiva Kezia Sinai/ 1910312065/ Pendidikan Dokter
- n. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Humairah Faradila/ 1910333012/ Kebidanan
- o. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Vina Panduwinata/ 1911311031/ Keperawatan
- p. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Puti Azzra Thasya/ 1911223003/ Gizi
- q. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Alsute Septiary/ 1910252025/ Proteksi Tanaman
- r. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Salsabila Shofiya Kencana W/ 1910222026/ Agribisnis
- s. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Dira Juana/ 1910232030/ Ilmu Tanah
- t. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Dea Fadhita Rahmadhani Nawawy/ 1910613002/ Nutrisi
- u. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Sinta Devi Boangmanalu/ 1910611010/ Peternakan
- v. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Rahmadhany Utami/ 1910942014/ Teknik Lingkungan
- w. Mahasiswa/ NIM /Prodi : Muhammad Al Hadid Putra/ 1910952021/ Teknik Elektro

7. Jangka Waktu Pelaksanaan .....: 2 bulan

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Padang, 25 Agustus 2022  
Ketua Tim

Defriman Djafri, SKM, MKM, PhD  
NIP:

Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM  
NIP: 197505172005012002

## **RINGKASAN**

### **Tema Kegiatan**

Upaya pencegahan dan penanggulangan stunting

### **Permasalahan**

Angka stunting cukup tinggi di nagari ini

### **Solusi**

Kegiatan edukasi dan pemberdayaan masyarakat agar permasalahan stunting dapat dicegah

### **Tujuan**

Untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik gizi seimbang dan perilaku hidup sehat dalam keluarga

### **Manfaat**

Mencegah dan membantu menanggulangi permasalahan stunting

### **Metode dan Tahapan Pelaksanaan**

Kegiatan ini menerapkan kegiatan pendidikan gizi berupa edukasi secara langsung kepada kelompok sasaran yaitu anak sekolah, remaja, ibu hamil, ibu menyusui dan kader.

### **Hasil dan Luaran (Prototipe dan/atau Produk)**

Peningkatan pengetahuan sasaran atau masyarakat serta adanya publikasi di media massa dan jurnal pengabdian kepada masyarakat

### **Kesimpulan dan Saran**

Kegiatan pengabdian berjalan lancar, adanya dukungan dari pihak kenagarian, institusi kesehatan, institusi pendidikan, ibu PKK dan kader.

### **Kata Kunci (5 kata)**

Stunting, edukasi, pemberdayaan masyarakat, nagari, balita

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN .....	ii
RINGKASAN .....	iv
DAFTAR ISI.....	v
BAB 1. PENDAHULUAN .....	1
BAB 2. SOLUSI PERMASALAHAN .....	5
BAB 3. METODE PELAKSANAAN .....	6
BAB 4. HASIL DAN LUARAN .....	8
BAB 5. KESIMPULAN DAN URGENSI.....	11
REFERENSI .....	12
LAMPIRAN.....	13

# **BAB 1. PENDAHULUAN**

## **1.1 Analisis Situasi**

### **1.1.1 Profil Mitra Nagari dengan Data dan Gambar/Foto Situasi Nagari**

Identitas Mitra Nagari/Desa:

- a. Nama Nagari/Desa : Tandikek
- b. Kecamatan : Patamuan
- b. Kabupaten/Kota : Padang Pariaman
- b. Nama Wali Nagari/Kades : Saharuddin
- c. Alamat Kantor Wali Nagari/Desa : Korong Mudiak Balai, Padang Pariaman
- d. Info lain : -

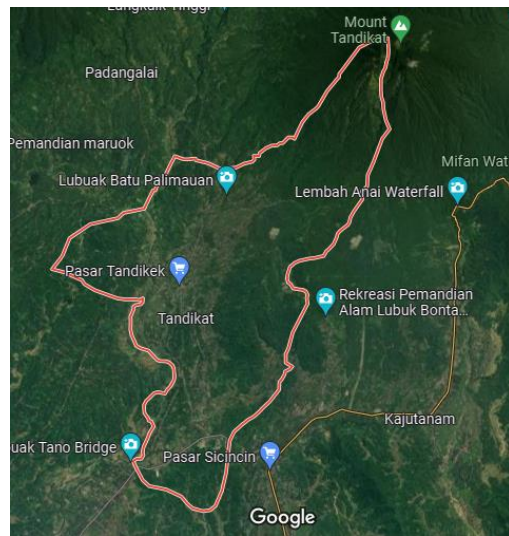
Profil Nagari

Nagari Tandikek merupakan nagari yang terletak di Kecamatan Patamuan, Kabupaten Padang Pariaman, Provinsi Sumatera Barat. Kantor Wali Nagari Tandikek terletak di Korong Mudiak Balai. Nagari Tandikek sendiri memiliki total 8 Korong. Adapun 8 korong tersebut yaitu Lubuk Air, Pulau Air, Puncuang Anam, Kabun Pondok Duo, Laren Nan Panjang, Sarang Gagak, Galoro, Labu Kumbang.

Penduduk Tandikek memiliki pekerjaan yang beragam, namun mayoritas penduduk tandikek bekerja sebagai petani. Dimana tandikek merupakan penghasil buah Durian, Pepaya yang cukup tinggi serta memiliki areal pesawahan yang banyak. Pekerjaan lain yang dimiliki oleh masyarakat Tandikek adalah pedagang. Selama melakukan kegiatan di Nagari Tandikek, tidak terlalu banyak sumber daya alam yang terlihat dimana Nagari Tandikek sendiri merupakan Nagari Agraria. Dimana Nagari ini didukung dengan banyaknya hamparan sawah dan produksi buah Durian yang banyak. Lahan pertanian yang ada di Nagari Tandikek termasuk luas dan merata di setiap Korong sehingga mayoritasnya penduduk Tandikek bekerja sebagai petani.

Prasarana dan sarana merupakan suatu hal yang sangat menunjang kegiatan masyarakat hingga kegiatan perekonomian mereka. Dimana dengan adanya prasarana yang membangun tentunya akan memudahkan semua aktifitas daripada kegiatan masyarakat Tandikek. Adapun beberapa prasarana dan sarana yang menunjang semua kegiatan tersebut seperti jalan, masjid, jembatan, dan lainnya. Di Nagari tandikek sendiri kondisi jalan cukup bagus dimana jalan utama Nagari Tandikek merupakan alternatif jalan ketika mau ke daerah lain yaitu Bukittinggi. Jalan di Nagari Tandikek sudah beraspal dengan kondisi yang bagus. Namun, tentu tidak semua Korong berada di kondisi tersebut dimana terdapat Korong yang jalannya sulit di akses karena aspal yang sudah rusak dan menyisakan jalan berbatu. Selain jalan yang beraspal Nagari Tandikek juga memiliki jembatan yang bagus guna menyambung antara jalan yang ada di Nagari tersebut. Dan untuk masjid di Nagari Tandikek sangat mudah untuk menemukan musholla-musholla kecil hingga masjid raya.

**Gambar 1.1 Peta Nagari Tandikek**



Sumber : Google Map

Gambar/Foto Situasi Nagari

**Gambar 1.2 Kantor Wali Nagari Tandikek**



Sumber : Dokuemntasi Pengabdian

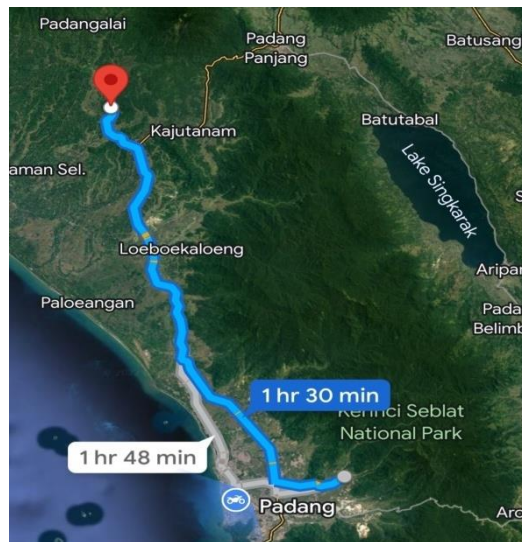
**Gambar 1.3 Perkebunan di Nagari Tandikek**



Sumber : Dokumentasi Pengabdian

Peta Lokasi Nagari (dengan Google Map dengan Jarak ke Kampus Unand Terdekat)

**Gambar 1.4 Jarak Lokasi Nagari Tandikek dari Kampus Unand Limau Manih**



Sumber : Google Map

### **1.1.2 Kelembagaan dan Organisasi Nagari**

Kelembagaan Pembangunan tentu merupakan faktor penunjang jalannya kegiatan di nagari. Dengan adanya kelembagaan yang mengorganisir membuat nagari menjadi lebih terarah. Lembaga-lembaga yang ada di Nagari Tandikek yaitu berupa Kelompok Tani, Koperasi dan Lembaga Keuangan, majelis taklim, hingga kelompok PKK.



### **1.1.3 Persoalan yang Dihadapi Lembaga Pemerintah Nagari dan / atau Masyarakat Nagari**

Persoalan yang dihadapi lembaga pemerintahan nagari tandikek yaitu adanya kecenderungan peningkatan angka kejadian stunting, dan ditetapkan nagari tandikek menjadi salah satu daerah lokus stunting di Kabupaten Padang Pariaman.

## **1.2 Permasalahan Nagari**

### **1.2.1 Penentuan Permasalahan Nagari**

- a. Nagari Tandikek merupakan Nagari Lokus Stunting di Kabupaten Padang Pariaman
- b. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai stunting dan pencegahannya

### **1.2.2 Justifikasi Pengusul Bersama Mitra Nagari dalam Menentukan Permasalahan**

Tingginya prevalensi stunting di Nagari Tandikek disebabkan oleh rendahnya tingkat pengetahuan ibu balita mengenai stunting, sehingga perlu adanya upaya untuk penurunan prevalensi stunting dengan pemberian edukasi kepada ibu balita dan ibu hamil terkait pencegahan stunting.

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan pelaksanaan kegiatan ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik gizi seimbang dan perilaku hidup sehat dalam keluarga di Nagari Tandikek.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Memantau tumbuh kembang balita
- b. Berbagi ilmu pengetahuan tentang status gizi dan pola makan balita guna meminimalkan kejadian stunting.

## **1.4 Manfaat**

- a. Dapat meningkatkan status kesehatan dan gizi keluarga khususnya balita untuk pencegahan stunting.
- b. Dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kepedulian masyarakat mengenai masalah kesehatan dan gizi.

## **BAB 2. SOLUSI PERMASALAHAN**

Nagari Tandikek menjadi daerah lokus stunting yang ada Kecamatan Patamuan, Kabupaten Padang Pariaman. Ditetapkannya nagari tandikek menjadi daerah lokus stunting, disebabkan oleh tingginya angka kejadian balita stunting. Berdasarkan kerangka teori UNICEF, pokok masalah di masyarakat yang mempengaruhi tingginya kejadian stunting disuatu daerah yaitu rendahnya pengetahuan ibu. Dari permasalahan tersebut, makan perlu adanya kegiatan berupa pemberian sosialisasi atau pemberian edukasi kepada ibu balita dan ibu hamil dalam pencegahan stunting.

### **2.1 Solusi-solusi untuk menyelesaikan permasalahan pemerintahan dan pembangunan nagari dan komunitas-komunitas di nagari secara sistematis sesuai prioritas**

- a. Melaksanakan sosialisasi atau pemberian edukasi tentang stunting
- b. Setelah dilaksanakannya sosialisasi atau pemberian edukasi kepada ibu balita dan ibu hamil maka dilakukan pelatihan dalam rangka meningkatkan status gizi balita.
- c. Melaksanakan monitoring setiap bulannya di Posyandu untuk melihat tumbuh kembang anak.

### **2.2 Jenis output yang akan dihasilkan dari masing-masing solusi tersebut baik untuk pengelolaan pemerintahan dan pembangunan nagari, maupun kapasitas komunitas-komunitas di nagari**

- a. Pemberian edukasi akan meningkatkan pengetahuan ibu balita dan ibu hamil mengenai pencegahan stunting.
- b. Merubah sikap dan perilaku dalam pola asuh ibu kepada balita.
- c. Melakukan pengukuran antropometri berupa berat badan, panjang badan atau tinggi badan) untuk melihat pertumbuhan dan perkembangan balita.

### **2.3 Setiap solusi mempunyai output tersendiri dan sedapat mungkin terukur atau dapat dikuantitatifkan.**

- a. Meningkatnya pengetahuan ibu balita dan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi pencegahan stunting.
- b. Mengimplementasikan pengetahuan yang didapat dengan menerapkan pola asuh yang tepat.
- c. Meningkatnya status gizi balita dan menurunnya kejadian stunting yang ada di Nagari Tandikek.

### **2.4 Hasil riset dan survei pendataan tim pengusul yang berkaitan dengan kegiatan yang telah dilaksanakan**

Kegiatan yang telah dilaksanakan adalah observasi terhadap kondisi masyarakat, wawancara terhadap pihak puskesmas, gambaran kondisi demografis, geografis dan potensi alam nagari.

## BAB 3. METODE PELAKSANAAN

### 3.1 Metode Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat skim membantu nagari membangun ini dilakukan dengan beberapa tahap berupa :

#### 1) Tahap persiapan

Persiapan kegiatan meliputi:

- a. Berkoordinasi dengan pihak instansi kesehatan Puskesmas Patamuan dalam pelaksanaan program sosialisasi atau edukasi pencegahan stunting.
- b. Pembuatan media edukasi berupa *leaflet* mengenai “Pola Makan Anak Sehat”.
- c. Pembuatan soal *pre-test* dan *post-test* yang diambil dari materi yang akan disampaikan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu.

#### 2) Tahap pelaksanaan

- a. Tahap pelaksanaan ini dilakukan dengan melaksanakan kegiatan rutin posyandu berupa mengukur berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala pada balita untuk melihat status gizi balita. Selain itu, dilakukan pula pemberian vitamin A dan obat cacing sebagai upaya untuk mengatasi masalah kesehatan dan gizi pada balita. Pada ibu hamil dilakukan pengecekan tekanan darah, berat badan, dan pemeriksaan *antenatal care* lainnya. Pada seluruh target diberikan pemberian makanan tambahan.
- b. Kegiatan *Pre-test*, dilakukan ujian untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap ibu yang memiliki anak balita mengenai pola makan anak yang baik dan *picky eater*. Kegiatan ini dilakukan dengan meminta ibu untuk mengisi kuesioner yang memuat 10 pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan.
- c. Penyampaian materi tentang pola makan yang Baik untuk meningkatkan status kesehatan dan gizi anakyang dilakukan oleh Ketua Pengabdian sebagai pemateri dibantu dengan alat promosi kesehatan berupa *leaflet* yang memuat informasi terkasi materi yang diberikan. Setelah materi disampaikan, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab).
- d. Kegiatan *Post-test*, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap materi yang telah disampaikan.

#### 3) Tahap monitoring dan envaluasi

Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan setelah kegiatan sosialisasi atau edukasi gizi dilaksanakan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku ibu dalam pengasuhan terhadap balita dan peningkatan status gizi balita melalui pemantauan pengukuran berat badan dan tinggi badan setiap bulannya.

### **3.2 Partisipasi Mitra dalam Pelaksanaan Kegiatan**

Partisipan mengikuti sosialisasi atau pemberian edukasi kepada ibu balita di Posyandu, mengikuti pelatihan dan bekerjasama dengan pihak puskesmas untuk turun dalam mengukur status gizi balita.

### **3.3 Metode Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan**

Mengukur capaian tujuan kegiatan dilakukan dengan pelaksanaan evaluasi berupa terlaksananya kegiatan sesuai yang diharapkan, antusias masyarakat dalam mengikuti kegiatan dilihat dari sesi diskusi atau tanya jawab, meningkatnya pengetahuan ibu mengenai pencegahan stunting yang diukur dari skor *pre-test* dan *post-test*, menerapkan pola asuh yang tepat kepada balita, dan meningkatnya status gizi balita pada bulan berikutnya.

## **BAB 4. HASIL DAN LUARAN**

### **4.1 Hasil Kegiatan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada minggu ke dua setiap bulannya di Posyandu yang ada di Nagari Tandikek. Kegiatan ini dilakukan atas kerjasama antara institusi pendidikan dengan institusi kesehatan yaitu Puskesmas Patamuhan untuk pemberian edukasi kepada ibu dalam pencegahan stunting pada balita. Kegiatan ini dilaksanakan di 10 Posyandu yang ada di Nagari Tandikek dengan jadwal intervensi gizi yaitu :

- a. Senin, 9 Agustus 2022  
Lada  
Cengkeh
- b. Selasa, 10 Agustus 2022  
Cabe 1
- c. Rabu, 11 Agustus 2022  
Cabe Rawit  
Cabe 2
- d. Kamis, 12 Agustus 2022  
Bawang Perai  
Serai
- e. Jum'at, 13 Agustus 2022  
Kapulaga  
Cabe 3
- f. Sabtu, 14 Agustus 2022  
Zaitun

Sebelum dilaksanakannya pemberian edukasi gizi, terlebih dahulu dilakukan kegiatan rutin posyandu berupa pengukuran Berat Badan, tinggi badan, dan lingkar kepala pada Balita. Selain itu, dilakukan pula pemberian vitamin A dan obat cacing. Pada ibu hamil dilakukan pengecekan tekanan darah, berat badan, dan pemeriksaan antenatal care lainnya. Pada seluruh target diberikan pemberian makanan tambahan. Kemudian, pemberian sosialisasi atau edukasi gizi dilaksanakan dengan menggunakan media leaflet utk membantu partisipan dalam memahami materi yang telah disampaikan. Kegiatan ini diikuti dengan antusias ibu balita sehingga acara berjalan dengan lancar, dan adanya pertanyaan yang ditanyakan saat sesi diskusi atau tanya jawab.

### **4.2 Luaran**

Luaran yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa leaflet edukasi pencegahan stunting, dan artikel pada koran digital.

#### **4.2.1 Prototipe**

.....

#### **4.2.2 Produk (Model, Desain, Teknologi, Rekayasa Sosial dan atau Kebijakan Publik)**

Produk yang dihasilkan dari pengabdian masyarakat ini terdiri dari dua produk, berupa leaflet edukasi dan artikel yang diterbitkan di koran digital.

- a. Judul Produk
  - 1) Pola Makan Anak Sehat

- 2) Cegah Stunting, Program Utama KKN Tandikek Universitas Andalas
- b. Deskripsi Produk
- 1) Leaflet yang digunakan sebagai media edukasi kepada ibu balita dan ibu hamil di Nagari Tandikek menjelaskan mengenai pola makan yang tepat untuk anak sebagai pencegahan masalah gizi terutama stunting pada anak. Dalam leaflet tersebut memiliki beberapa substansi seperti Pola pemberian ASI dan MP-ASI pada anak, asupan gizi yang dibutuhkan anak, penyebab, gejala, bentuk dan pencegahan kesulitan makan pada anak.
  - 2) Artikel yang diterbitkan di Koran Digital Swara Kaltim edisi 25 Agustus 2022, halaman 14 yang ditulis oleh Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM selaku dosen pembimbing lapangan KKN Nagari Tandikek Universitas Andalas dan Abdul Jamil Al Rasyid yaitu mahasiswa KKN Nagari Tandikek Unibersitas Andalas. Artikel tersebut memberikan informasi kepada pembaca mengenai permasalahan dan upaya pencegahan stunting di Nagari Tandikek berupa pelaksanaan sosialisasi atau edukasi di Posyandu yang ada di korong-korong Nagari Tandikek.
- c. Foto Produk

**Gambar 4.1 Artikel Koran Program KKN**



d. Flyer/Poster sederhana dari Produk tersebut

Gambar 4.2 Leaflet Edukasi Pencegahan Stunting

### ASUPAN ZAT GIZI ANAK

**KARBOHIDRAT**  
NASI, MIK, UMBI-UMBIAN, TEPUNG, GANDUM, DAN LAINNYA  
FUNGSI: SUMBER ENERGI UTAMA BAGI TUBUH

**PROTEIN**  
MEWANI, TELUR, DAGING SAPI, AYAM, IKAN, DAN LAINNYA  
NASATI: TEMPE, TAUHU, KACANG-KACANGAN  
FUNGSI: MEMBENTUK JARINGAN BARU DI TUBUH

**LEMAK**  
JENJUN: PRODUK SUSU, DAGING MERANG, PRODUK DAGING OLAHAN  
TAK JENJUN: ALPKOKAT, KACANG, KELAPA, ZAITUN  
FUNGSI: SEBAGAI CADANGAN ENERGI TUBUH

**VITAMIN**  
DIDAPAT DARI MAKANAN/ SUPLEMEN  
FUNGSI: ZAT PENGATUR DAN PEMBANGUN

**MINERAL**  
DIDAPAT DARI MAKANAN/ SUPLEMEN  
FUNGSI: PERTUMBUHAN TULANG & GIZI, MENEGALIKAN KOMPOSISI CAIRAN TUBUH

### Rekomendasi Pemberian MPASI Anak

**6-8 bulan**

- Lanjutkan ASI
- 200 kkal per hari
- Konsistensi: bubur/ makanan lumat
- Frekuensi: 2-3x utama, 1-2x selingan
- Porsi: 2-3 sdm setiap makan, tingkatkan bertahap sampai 1/2 mangkok (125 ml)

**9-11 bulan**

- Lanjutkan ASI
- 300 kkal per hari
- Konsistensi: cincang halus/ yang dapat dipegang bayi
- Frekuensi: 3-4x utama, 1-2x selingan
- Porsi: 1/2 - 3/4 mangkok (125 - 200 ml)

**12-23 bulan**

- Lanjutkan ASI
- 550 kkal per hari
- Konsistensi: makanan keluarga
- Frekuensi: 3-4x utama, 1-2x selingan
- Porsi: 3/4 - 1 mangkok (200 - 250 ml)

### POLA MAKAN ANAK SEHAT

Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM  
Rahmi Putri, S. Gz

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

### MENGAPA ANAK SULIT MAKAN ?

- TIDAK ENAK BADAN FOKUSNYA TERGANGGU
- PORSI MAKAN YANG TERLALU BESAR
- BOSAN DENGAN MAKANANNYA
- TERLALU BANYAK SNACK
- TERLALU BANYAK MINUM SUSU
- TIDAK LAPAR
- KELELAHAN
- BUKAN MAKANAN PILIHANNYA
- SERING KONSUMSI MSG & FAST FOOD

### KENALI GEJALA ANAK SULIT MAKAN

- MEMUNTAKAN & MENYEMBURKAN MAKANAN
- DURASI MAKAN LAMA
- REWEL
- MEMAINKAN MAKANAN
- HANYA MENGHISAP MAKANAN
- MENUTUP RAPAT MULUT
- MENEPIIS SUAPAN
- TIDAK BANYAK MENYUKAI VARIASI MAKANAN
- PILIH-PILIH MAKANAN

### APA DAMPAK ANAK SULIT MAKAN ?

- KEKURANGAN GIZI
- MENURUNNYA DAYA INTELEGENSI ANAK
- MENURUNNYA DAYA TAHAN TUBUH ANAK
- MENGANGGU PERTUMBUHAN FISIK ANAK

### JADWAL MAKAN ANAK

Jadwal	Usia		
	6-8 bulan	9-11 bulan	12-23 bulan
06.00	ASI	ASI	ASI
08.00	Makan pagi	Makan pagi	Makan pagi
10.00	ASI/ Snacks	ASI/ Snacks	Snacks
12.00	Makan siang	Makan siang	Makan siang
14.00	ASI	ASI	ASI
16.00	Snacks	Snacks	Snacks
18.00	Makan malam	Makan malam	Makan malam
20.00	ASI	ASI	ASI
24.00	ASI*	ASI*	ASI*
03.00	ASI*	ASI*	ASI*

\* bila bayi/ anak masih menghisap ASI

**ket:**  
Usia 6-8 bulan : MPASI berupa makanan saring/ lumat  
Usia 9-11 bulan : MPASI berupa makanan kasar/ makanan keluarga yang dimodifikasi  
Usia 12-23 bulan : MPASI berupa makanan keluarga  
Usia > 2 tahun : Pola makan seperti orang dewasa, tidak ada ASI

### BENTUK KESULITAN MAKAN

- MENOLAK KONSUMSI SAYUR & BUAH
- HANYA KONSUMSI MAKANAN TEKSTUR LEMBUT & LUNAK
- HANYA KONSUMSI FAST FOOD
- HANYA KONSUMSI KARBOHIDRAT

### CARA MENGATASI

- ATUR JADWAL MAKAN
- HINDARI GANGGUAN/ KEGIATAN LAIN SAAT MAKAN
- BATASI KONSUMSI SUSU ATAU SNACK
- KREASIKAN MENU MENARIK DAN BERAGAM
- BERIKAN PORSI KECIL TAPI SERING
- JANGAN MEMAKSA ANAK

## **BAB 5. KESIMPULAN DAN URGENSI**

### **5.1 Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan Tema Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Nagari Tandikek, Kecamatan Patamuan, Kabupaten Padang Pariaman yang telah dilaksanakan pada tanggal 9-14 Agustus 2022 oleh Tim Pelaksana yang berasal dari Mahasiswa KKN Universitas Andalas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Telah terlaksananya kegiatan pengukuran berat badan, dan tinggi badan pada balita di Posyandu.
2. Pemberian edukasi berjalan dengan baik sesuai dengan parameter keberhasilan berupa terlaksananya edukasi pada orang tua balita dan ibu hamil mengenai stunting

### **5.2 Urgensi Keberlanjutan Program Membantu Nagari Membangun**

Program stunting ini sangat penting untuk terus ditindaklanjuti dikarenakan Nagari Tandikek merupakan Nagari dengan angka stunting yang cukup tinggi sehingga diperlukan perhatian khusus terhadap program tersebut. Terus dilakukan penyuluhan dan sosialisasi mengenai stunting merupakan langkah awal dari pentingnya masyarakat untuk peduli terhadap stunting.



## REFERENSI

PEMERINTAHAN KABUPATEN PADANG PARIAMAN. 2013. *Profil Nagari* [Online]. Padang Pariaman: Pemerintahan Kabupaten Padang Pariaman. Available: <https://padangpariamankab.go.id/2013/12/02/tandikek/> [Accessed 23 September 2022].

UNICEF 2017. Levels And Trends In Child Malnutrition. UNICEF-WHO-The World Bank Joint Child Malnutrition Estimates 2017

## LAMPIRAN

### 1. Foto Pemberian Edukasi





## 2. Dokumentasi Pengukuran Berat Badan Balita



### 3. Dokumentasi Pengukuran Tinggi Badan Balita



# Cegah Stunting, Program Utama KKN Tanditek Universitas Andalas

Oleh:  
Dr. Azrialdaliza, S.KM, M.KM & Abdul Jamil Al Rasyid

**I**NDONESIA merupakan salah satu negara yang sedang berkembang dan juga memiliki permasalahan-permasalahan yang lebih kompleks terutama masalah gizi. Gizi di Indonesia atau negara berkembang lainnya memiliki lajur gizi yang sangat berbeda dengan negara maju. Indonesia memiliki masalah gizi ganda dalam artian status gizi di Indonesia menunjukkan keadaan dimana dalam satu sisi daerah terdapat gizi kurang dan di satu daerah terdapat gizi lebih.

Stunting menurut organisasi kesehatan dunia atau WHO (2017) adalah gangguan tumbuh kembang yang dialami akibat gizi buruk, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai. Anak-anak didefinisikan terhambat gizinya jika tinggi badan mereka terlihat atau kurang dari dua desvi standar di bawah median standar pertumbuhan anak WHO. Maka stunting juga dapat diartikan bahwa suatu kondisi gagal tumbuh kembang pada badan anak baik akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya, berbeda dengan teman sebayanya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi baru berada dalam kandungan dan pada masa awal setelah anak itu lahir, tetapi hal tersebut baru nampak setelah anak itu berusia 2 tahun. Di samping periode tumbuh kembang yang terjadi pada usia tersebut, periode usia ini juga dikenal dengan masa bermain dan mulai berinteraksi secara sosial dengan orang lain.

Dengan demikian anak membutuhkan makanan yang bergizi yaitu mulai dari pemberian air susu ibu atau dikenal dengan ASI yang diberikan setelah anak dilahirkan sampai berusia 6 bulan, setelah itu diberikan makanan pendamping ASI dan mulai usia 1 tahun

sudah diperkenalkan dengan makanan biasa yang juga dibersukan dengan kemampuan anak dalam mencerna makanan.

Makanan bergizi tidak terpenuhi pada usia anak maka akan menyebabkan salah satu kondisi gizi yang sering dinamakan sebagai kurang gizi atau dalam ilmu medis kondisi ini salah satunya dinamakan stunting. Kondisi kurang gizi seperti stunting perlu dikecegah terutama oleh ibu karena stunting sangat erat berkaitan dengan balita sehingga membutuhkan berbagai upaya dalam mencegah dan mengatasinya yaitu melibatkan berbagai bidang ilmu. Hal ini berkaitan dengan program utama KKN Universitas Andalas di Kecamatan Tanditek, Kecamatan Pantaman, Kabupaten Kutai Timur, Kalimantan Timur.

Negeri Tanditek terdiri dari beberapa Korong, Korong merupakan sistem pemerintahan terkecil di bawah nagari di Minangkabau. Nagari selingkut dengan desa, karena sistem pemerintahan yang dipakai di Minangkabau sama dengan yang ada dengan desa pada sistem pemerintahan umumnya di Indonesia. Dengan dipandu oleh dosen pembimbing dari prodi gizi dan juga sebagai penulis dari tulisan ini bernama Dr. Azrialdaliza, S.KM, M.KM, maka program utama mahasiswa KKN dari Nagari Tanditek yaitu melaksanakan program pencegahan stunting melalui sosialisasi atau edukasi di posyandu yang ada di Korong-Korong yang ada di Nagari Tanditek dan upaya pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan kesehatan dan ekonomi masyarakat. Mahasiswa melaksanakan program tersebut dengan sangat antusias dan juga sambutan dan masyarakat di berbagai Korong juga sangat antusias.



Negeri Tanditek adalah Nagari yang masih awam masalah untuk mencegah stunting. Oleh karena itu program penyuluhan stunting ini sangat diperlukan untuk masyarakat. Program penyuluhan stunting ke Korong-Korong seperti ini adalah salah satu program yang masih belum banyak dilaksanakan di Nagari Tanditek. Hal ini yang membuat masyarakat sangat antusias dengan kedatangan mahasiswa ke posyandu-pesyandu yang ada di Nagari Tanditek. Setiap kegiatan selalu ditemani oleh bidan-bidan yang ada di posyandu di Nagari Tanditek.

Di Nagari Tanditek terdiri atas 8 Korong, Korong tersebut adalah Muklak Balak, Lubuk Aro, Batang Sani Lubuk Aro, Tungka Lubuk Aro, Bukit Gedang, Pulau An Barat dan juga Korong Pulau An. Setiap Korong tersebut memiliki Wali Korong.

Sebelum dilaksanakan program stunting, mahasiswa melakukan audiensi ke puskesmas bersama bidan-bidan yang ada di puskesmas tersebut. Bidan yang membawahi para mahasiswa setiap hari

selama seminggu ke Korong-Korong tersebut. Bidan yang mengajomi dan mahasiswa mendata program stunting yang ada di Nagari Tanditek.

Sebagai dosen pembimbing dan juga dari mahasiswa sangat berterima kasih kepada seluruh masyarakat Nagari Tanditek, khususnya kepada bapak Wali Nagari Tanditek bernama Bapak Sa-harudin dan juga Wali Korong Lubuk Aro bernama Bapak Bakri Hozon serta Bapak Wali Korong Muklak Balak bernama Cendat. Terima kasih yang sebesar-besarnya telah mengajomi mahasiswa

yang berkegiatan di Nagari Tanditek. Ucapan terima kasih juga kepada mahasiswa yang sudah berusaha payah dengan segala suka dan duka selama KKN. Tanpa kebersamaan program ini tidak akan terlaksana dengan baik serta tanpa sambutan masyarakat yang baik program tersebut juga tidak bisa terlaksana. \*\*\* (Penulis Dosen Prodi Gizi, FK Universitas Andalas, dan Mahasiswa KKN dari Jurusan Sastro Minangkabau/Universitas Andalas, Anggita Lembaga Mahasiswa Jurusan DMI Sastro Minangkabau, Sumatera Barat)

## PENGUMUMAN

**OPINI PEMBACA** adalah salah satu rubrik atau platform blog di SWARA KALTIM. Setiap konten menjadi tanggung-jawab penulis atau kreator. Redaksi berhak mengubah isi tulisan dan tidak bertanggung jawab atas dampak akibat terhadap tayangan materi tulisan, sepenuhnya menjadi tanggungjawab penulis yang bersangkutan.

Bagi Penulis yang akan mengirim tulisan ke rubrik Opini Pembaca SWARA KALTIM harap menyertakan Foto diri berwarna, Alamat domisil / tempat tinggal sekarang dan Nomor HP / WA supaya mudah dihubungi bila tulisan sudah dimuat di media. Tulisan dikirim di Microsoft Word dan keluar file di-copy ke format Notepad kemudian di Save as. Kirim ke e-mail: [editor@swara.or.id](mailto:editor@swara.or.id)

Tel. 0838-32000000 Redaksi