

SOSIALISASI TENTANG INVESTASI KESEHATAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DENGAN BUDIDAYA TANAMAN DI PEKARANGAN RUMAH DESA TUTUL

Kustin^{1*}, Aurelia Agustin Sans², Indah Seftien Wulandari³, Muhammad Zainuddin Arsyad⁴, Widatul Istiqomah⁵, Amirudin⁶, Dimas Wahyudi⁷, RIFNI MIFTAHUR ROHMAH⁸, Malik Abdur Rohim⁹, Mufti Hamidi¹⁰, Mariatul Kiptiyah¹¹, Cindy Farita¹², Frizca Ade Rolany¹³, Cantika Aurelia Mutiara Hendarti¹⁴, Muhammad Naufal Luthfan Ramadhani¹⁵, Iqnes Septya Arifani¹⁶, Ragilya Regina Asmara¹⁷, Shintya Nur Chandra Dewi¹⁸

^{1,12,13,14,18} Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

²Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Jember

^{3,9}Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Jember

⁴ Fakultas Teknik Universitas Moch. Sroedji

^{5,6,7} Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Argopuro

⁸Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Kyai Haji Achmad Shiddiq

^{10,11}Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Kyai Haji Achmad Shiddiq

¹⁵ Fakultas Ushuluddin Adab Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Kyai Haji Achmad Shiddiq

¹⁶ Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Jember

¹⁷ Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Jember

ABSTRAK

Penelitian ini berfokus pada upaya pencegahan stunting di Desa Tutul, Kecamatan Balung, melalui program edukasi dan budidaya bahan pangan dengan memanfaatkan barang bekas. Program ini mengedukasi masyarakat tentang pentingnya pemanfaatan barang bekas untuk media tanam dan pengembangan kebun sayur di rumah sebagai upaya peningkatan gizi dan pencegahan stunting. Metode yang digunakan mencakup penyuluhan tentang stunting dan langkah-langkah pencegahan melalui konsep 4M+1B: Mencegah, Merubah, Melaksanakan, Merawat, dan Budidayakan Sayur-Sayuran. Hasilnya menunjukkan peningkatan kesadaran dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan sumber daya lokal dan melakukan budidaya yang berkelanjutan. Program ini juga berhasil meningkatkan akses masyarakat terhadap nutrisi yang cukup, yang berdampak positif pada penurunan risiko stunting. Dengan demikian, program ini berkontribusi dalam upaya meningkatkan kualitas hidup anak-anak di Desa Tutul

Kata kunci: *Budidaya tanaman pangan, pemanfaatan bahan bekas, penyuluhan, stunting*

ABSTRACT

This research focuses on efforts to prevent stunting in Tutul Village, Balung District, through an educational program and food cultivation using recycled materials. The program educates the community on the importance of utilizing waste materials as planting media and developing home vegetable gardens to improve nutrition and prevent stunting. The methods used include workshops on stunting and prevention steps through the 4M+1B concept: Prevent, Change, Implement, Maintain, and Cultivate Vegetables. The results show increased awareness and skills among community members in utilizing local resources and practicing sustainable gardening. The program also successfully increased community access to adequate nutrition, which positively impacts reducing the risk of stunting. Thus, this program contributes to efforts to improve the quality of life of children in Tutul Village.

Keywords: *food crop cultivation, waste material utilization, outreach, stunting*

Correspondence Author : **Kustin**

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

Email: kustinhariyono@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi masalah kesehatan serius di Indonesia, terutama di daerah-daerah dengan akses terbatas terhadap layanan kesehatan dan pendidikan gizi. Berdasarkan data yang ada, prevalensi stunting pada anak usia dini menunjukkan angka yang mengkhawatirkan. Prevalensi stunting di Indonesia sebesar 21,6%¹, yang jika tidak ditangani, dapat berdampak pada kualitas hidup anak di masa depan. Masalah kesehatan masyarakat dapat dianggap kronis bila prevalensi *stunting* lebih dari 20 persen, menurut WHO artinya batas tersebut termasuk kronis. Oleh karena itu, intervensi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dan pemahaman mengenai stunting menjadi krusial dalam upaya penanggulangan masalah ini. Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting yang dilaksanakan oleh KKN Kolaboratif Posko 96 bekerja sama dengan Posyandu Desa Tutul merupakan langkah nyata untuk mendukung program pemerintah daerah dalam mengatasi stunting. Kegiatan ini tidak hanya bertujuan untuk memberikan informasi, tetapi juga untuk memberdayakan masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat yang dapat mencegah stunting secara mandiri. Namun, penting untuk dicatat bahwa tidak semua anak yang mengalami keterlambatan pertumbuhan fisik secara otomatis dianggap stunting. Faktor sosial ekonomi yang berpengaruh terhadap stunting, diantaranya masalah kemiskinan, Tingkat pendidikan, dan pendapatan keluarga yang rendah².

Sebagai bagian dari upaya, maka memperkenalkan konsep 4M+1B dengan sosialisasi kepada masyarakat di Desa Tutul dalam pencegahan stunting, yang mencakup pemeriksaan rutin, pemantauan kehamilan, inisiasi menyusui dini, perawatan tumbuh kembang anak, serta pemanfaatan budidaya tanaman sayur-sayuran yang kaya nutrisi. Program ini dirancang tidak hanya untuk meningkatkan kesehatan anak tetapi juga untuk pemanfaatan dan budidaya bahan pangan untuk mencegah stunting. Penelitian yang menjadi dasar kegiatan ini adalah bagaimana memanfaatkan budidaya tanaman sayuran yang kaya nutrisi di halaman rumah yang kosong, meskipun dengan lahan pekarangan yang sempit. Meskipun memiliki lahan pekarangan yang sempit, masyarakat dapat menanam sayuran sehat untuk keluarga dengan menggunakan teknik vertikultur, yang bertujuan agar masyarakat dapat berhasil menerapkannya di rumah masing-masing³. Selain itu, masyarakat juga dapat memanfaatkan bahan bekas sebagai media tanam, di mana barang-barang yang tidak terpakai dapat didaur ulang menjadi sesuatu yang bermanfaat. Misalnya, botol bekas air mineral dapat diubah menjadi berbagai kreasi seperti tempat pensil, pot bunga, mainan mobil-mobilan, dan lain-lain⁴. Tujuan dari kegiatan tersebut, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan kontribusi dalam upaya pencegahan stunting dan peningkatan kualitas hidup anak-anak di masa mendatang.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendekatan edukatif yang memanfaatkan barang bekas dan kegiatan budidaya bahan pangan. Program ini dirancang untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat tentang cara-cara memanfaatkan barang bekas untuk mendukung budidaya bahan pangan yang berkelanjutan, serta bagaimana melakukan budidaya tersebut dengan benar untuk mengurangi risiko stunting di wilayah Kecamatan Balung, khususnya di Desa Tutul. Cara yang digunakan untuk pemanfaatan barang bekas terdapat 5 cara yaitu:

- a. Siapkan barang bekas yang di bentuk menjadi seperti *polybag*.
- b. Tuangkan tanah dan kompos yang telah diolah dengan menggunakan bahan-bahan seperti ikan, kol untuk pembuatan asam amino sebagai penyemprotan pada kompos. FMR (tetes) sebagai penggerak. Untuk pembuat pemakan bakteri dibutuhkan buah-buahan seperti pepaya dan nanas. Rumus yang digunakan untuk membuat kompos adalah 10 ikan, 7 tetes, dan 3 nanas.
- c. Tanamkan sayur-sayuran seperti sawi dan kangkung.
- d. Pemupukan secara berkala selama beberapa bulan.
- e. Perawatan intensif pada tanaman seperti pagi di jemur, di kenakan matahari sampai jam 10 pagi lalu pengecekan kelembapan tanah pada pukul 11 siang hingga sore.

Dalam pelaksanaan kegiatan ini, metode lainnya seperti penyuluhan yang diterapkan mencakup berbagai aspek penting dalam budidaya bahan pangan. Penyuluhan ini meliputi pemberian informasi tentang langkah-langkah praktis dengan menggunakan bahan bekas dalam melaksanakan budidaya, serta panduan merawat tanaman secara berkelanjutan. Penyuluhan juga akan memberikan pengetahuan tentang cara mengelola hasil panen sehingga dapat memberikan manfaat maksimal bagi kesehatan keluarga, terutama dalam mencegah stunting pada anak-anak. Kegiatan penyuluhan ini dirancang secara khusus untuk segmen tertentu di masyarakat, yaitu pasangan yang baru menikah dan ibu rumah tangga. Pasangan yang baru menikah dan ibu rumah tangga akan diberikan pengetahuan dan keterampilan sejak dini agar dapat menerapkan pola hidup sehat dan mandiri pangan dalam keluarga. Dengan segmentasi ini, diharapkan program penyuluhan dapat berjalan lebih efektif, sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik masing-masing kelompok sasaran. Harapannya, melalui program ini, masyarakat Desa Tutul dapat berkontribusi dalam mengurangi angka stunting di wilayah tersebut, sekaligus menciptakan lingkungan yang lebih sehat dan produktif melalui pemanfaatan barang bekas dan budidaya bahan pangan.

3. HASIL

Penerapan metode edukatif yang memanfaatkan barang bekas dan kegiatan budidaya bahan pangan di Desa Tutul, Kecamatan Balung, telah memberikan berbagai hasil yang positif bagi masyarakat setempat. Melalui pendekatan ini, masyarakat didorong untuk lebih sadar akan pentingnya pengelolaan sumber daya yang ada di sekitar, termasuk barang bekas yang biasanya dianggap sebagai limbah. Program ini berhasil mengubah pandangan masyarakat tentang barang bekas, dari sesuatu yang tidak berguna menjadi aset yang dapat dimanfaatkan untuk media tanam yang produktif. Sayur-sayuran yang ditanam seperti sawi dan kangkung menjadi sumber nutrisi yang mudah diakses oleh setiap keluarga. Hal ini secara langsung mengurangi ketergantungan pada pasokan pangan dari luar dan memberikan kontrol lebih kepada masyarakat atas apa yang mereka konsumsi. Dengan memiliki akses langsung ke sayuran yang ditanam sendiri, keluarga-keluarga di Desa Tutul dapat memastikan bahwa asupan gizi dapat terpenuhi. Sayuran segar kaya akan vitamin dan mineral yang esensial bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga risiko stunting dapat ditekan.

Penyuluhan yang diberikan kepada pasangan yang baru menikah dan ibu rumah tangga juga membantu lebih memahami pentingnya pola makan seimbang yang kaya akan gizi, yang merupakan fondasi penting dalam mencegah stunting. Adapun materi yang disampaikan yaitu:

- a. Pengertian dari Stunting.
- b. Dampak stunting pada anak.
- c. Cegah stunting dengan 4M + 1B: Mencegah, Merubah, Melaksanakan, Merawat dan Budidayakan Sayur-Sayuran.

Penyuluhan mengenai cara-cara pemanfaatan barang bekas dan teknik budidaya tanaman telah meningkatkan kemampuan masyarakat dalam menjalankan praktik pertanian sederhana namun efektif di lingkungan rumah sendiri. Pengetahuan ini diharapkan akan terus diterapkan dan diwariskan, sehingga manfaat dari program ini dapat dirasakan dalam jangka Panjang.

4. DISKUSI

Kekurangan gizi kronis yang terjadi pada 1000 hari pertama dapat menyebabkan gagal tumbuh secara fisik karena tinggi badan akan lebih pendek dari anak normal seusianya, kemudian daya tahan tubuh akan menurun dan anak akan rentan terhadap penyakit. Selain itu, stunting juga dapat menyebabkan menurunnya kemampuan belajar karena keterlambatan dalam berfikir. Kelompok 96 Kuliah kerja Nyata (KKN) Kolaboratif 3 di Desa Tutul Kecamatan Balung, mengangkat tema "Investasi Kesehatan". Mahasiswa KKN bekerja sama dengan Posyandu Desa Tutul untuk melaksanakan edukasi mengenai bahaya dari stunting, dampak dan cara mencegahnya. Adapun cara pencegahannya menggunakan 4M + 1B atau mencegah, merubah, melaksanakan, merawat dan budidayakan sayur-sayuran. Pertama, mencegah dengan melakukan pemeriksaan kesehatan dan memperhatikan asupan gizi yang seimbang untuk pasangan usia muda. Kedua, Merubah pola hidup untuk rutin melakukan pemeriksaan kehamilan. Ketiga, melaksanakan persalinan dan melakukan inisiasi menyusui sejak dini, ibu

menyusui perlu mengonsumsi makanan yang kaya akan nutrisi seperti karbohidrat kompleks, protein, lemak sehat, zat besi, dan kalsium. Keempat, merawat tumbuh kembang anak dengan memberikan nutrisi yang tepat, melakukan imunisasi sesuai dengan umurnya, melakukan pemantauan terhadap tumbuh kembang anak di Posyandu dan membiasakan pola hidup bersih serta sehat. Kelima, melakukan budidaya sayuran, hal ini dilakukan karena kandungan nutrisi dan gizi yang baik bagi tumbuh kembang anak. Penelitian sebelumnya mengenai program penanggulangan stunting di Indonesia dari tahun 2018 hingga 2024 menunjukkan bahwa masih ada kebutuhan untuk meningkatkan konvergensi dan memperbaiki penjabaran program agar lebih efektif ⁵. Sayuran berdaun, seperti kangkung, memiliki kalori yang rendah, menjadikannya ideal untuk pengelolaan berat badan. Selain itu, sayuran ini merupakan sumber nutrisi yang kaya, tinggi serat, rendah lemak, dan mengandung banyak folat, vitamin C, serta vitamin K. Sayuran berdaun juga merupakan satu-satunya sumber alami asam folat, yang ditemukan dalam jumlah tinggi pada sawi⁶. Oleh karena itu, penyuluhan kepada masyarakat sangat penting untuk mendorong budidaya tanaman pangan dan memanfaatkan barang bekas secara kreatif. Dengan demikian, masyarakat dapat menanam tanaman pangan seperti kangkung dan sawi, yang pada akhirnya dapat membantu mengurangi angka stunting yang tinggi ⁷ Berikut merupakan beberapa pengambilan dokumentasi ketika penyuluhan.



Gambar 1. Persiapan sebelum penyuluhan dimulai.



Gambar 2. Penyerahan tanaman kepada Masyarakat yang ikut serta dalam penyuluhan.



Gambar 3. Penyerahan tanaman kepada ibu-ibu posyandu yang ikut membantu dalam kegiatan penyuluhan.

Konsep yang diambil dari program "Investasi Kesehatan" ini adalah memanfaatkan barang bekas sebagai media tanam untuk budidaya bahan pangan, yang merupakan salah satu upaya preventif dalam mencegah stunting. Dengan menggunakan barang bekas untuk menciptakan media tanam, masyarakat diajak untuk lebih kreatif dan sadar lingkungan sekaligus menanam bahan pangan yang dapat memberikan nutrisi penting bagi keluarga. Hasil dari investasi kesehatan ini tidak hanya membantu mengurangi limbah, tetapi juga memberikan nutrisi dan asupan gizi yang penting dan berdampak positif bagi tumbuh kembang anak, sehingga dapat mencegah terjadinya stunting di masa depan.

5. KESIMPULAN

Program penyuluhan "Investasi Kesehatan" di Desa Tutul, Kecamatan Balung, menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan masyarakat mengenai pencegahan stunting melalui pemanfaatan barang bekas dan budidaya tanaman pangan. Program ini tidak hanya memberikan edukasi tentang pentingnya gizi dan pemanfaatan sumber daya lokal, tetapi juga memperkenalkan metode praktis yang dapat diterapkan oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. Hasil dari program ini mencakup peningkatan akses terhadap nutrisi yang lebih baik, pengurangan risiko stunting, dan kontribusi positif dalam meningkatkan kualitas hidup anak-anak di Desa Tutul. Dengan demikian, program ini dapat dianggap sebagai model intervensi yang efektif untuk mencegah stunting dan mempromosikan kesehatan anak melalui pemberdayaan masyarakat dan pemanfaatan sumber daya yang ada.

REFERENCES

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%. In Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2023. Available from: <https://www.kemkes.go.id/article/view/23012500002/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-21-6-dari-24-4-.html>
2. Latifa SN. Kebijakan Penanggulangan Stunting di Indonesia. *J Kebijakan Pembang.* 2018;13(2):173–9.
3. Hidayati N, Rosawanti P, Arfianto F, Hanafi N. Pemanfaatan Lahan Sempit Untuk Budidaya Sayuran Dengan Sistem Vertikultur (Utilization of narrow-land area to cultivate vegetables by verticulture syste). *Pengabdianmu [Internet].* 2018;3(1):40–6. Available from: <http://jurnal.umpalangkaraya.ac.id/ejurnal/pgbmu>
4. Nurhafizah N. Pelatihan pembuatan media pembelajaran anak usia dini menggunakan bahan sisa. *Early Childhood: J Pendidik [Internet].* 2018;Nov 30;2(2):44–53. Available from: journal.umtas.ac.id
5. Yuda A, Septina Z, Maharani A, Nurdiantami Y. Tinjauan Literatur: Perkembangan Program Penanggulangan Stunting di Indonesia. *J Epidemiol Kesehat Indones.* 2023;6(2).
6. Saidi IA, Azara R, N SR. Nutrisi dan Komponen Bioaktif pada Sayuran Daun. *Nutrisi dan Komponen Bioaktif pada Sayuran Daun.* 2022.
7. Kustin K. Peningkatan pemberdayaan keluarga dalam upaya pencegahan stunting melalui taman gizi di Kelurahan Summersari Kabupaten Jember. *INDRA J Pengabd Kpd Masy.* 2021;2(1):30–6.