



Program Pembuatan *Baby Cafe* sebagai Solusi Pencegahan Stunting Pada Balita

Fajar Adi Pangestu✉, Aulia Sayyidati Rohmah, Arif Suryo Priyatmojo, Suranto
Universitas Negeri Semarang

Abstrak. Permasalahan stunting merupakan masalah yang menjadi prioritas untuk segera ditangani di Desa Bero, Kecamatan Trucuk, Kabupaten Klaten. Karena Desa Bero ditetapkan sebagai Desa lokus stunting nasional yang artinya Desa Bero memiliki banyak kasus stunting jika dibandingkan dengan desa lainnya secara nasional. Stunting adalah salah satu keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi di masa lalu sehingga termasuk kedalam masalah gizi yang bersifat kronis. Dampak dari stunting dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak, kemampuan kognitif, dan bahkan menyebabkan mortalitas atau kematian. Kegiatan pencegahan yang dapat dilakukan sebagai rekomendasi penyelesaian permasalahan balita stunting di Desa Bero ialah dengan menginisiasi program pembuatan baby café. Tujuan utama dari program pembuatan baby café ialah untuk meningkatkan pengetahuan dan kepedulian warga Desa Bero terhadap permasalahan balita stunting sehingga diharapkan dengan adanya program tersebut dapat membantu mengurangi jumlah kasus balita stunting.

Abstract. *The problem of stunting is a priority problem to be addressed immediately in Bero Village, Trucuk District, Klaten Regency. Because Bero Village is designated as a national stunting locus village, which means that Bero Village has many stunting cases when compared to other villages nationally. Stunting is a condition of malnutrition related to nutritional deficiencies in the past so that it is a chronic nutritional problem. The impact of stunting can affect children's growth and development, cognitive abilities, and even cause mortality or death. Prevention activities that can be carried out as a recommendation to solve the problem of stunting toddlers in Bero Village are by initiating a baby cafe program. The main purpose of the baby cafe program is to increase the knowledge and awareness of the residents of Bero Village on the problem of stunting toddlers.*

Keywords: *Nutrition; Stunting; Toddler*

Pendahuluan

Stunting merupakan kondisi ketika balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umurnya (Kemenkes RI, 2018). Stunting adalah salah satu keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi di masa lalu sehingga termasuk kedalam masalah gizi yang bersifat kronis. Stunting diukur sebagai status gizi dengan memperhatikan tinggi atau panjang badan, umur, dan jenis kelamin balita. Berdasarkan Markowitz and Cosminsky (2014) dijelaskan bahwa stunting didefinisikan sebagai tinggi badan yang lebih dari dua standar di bawah Standar Pertumbuhan Anak menurut World Health Organization (WHO). Balita dapat dikatakan stunting apabila telah dilakukan pengukuran panjang atau tinggi badan terhadap seorang balita yang kemudian dibandingkan dengan standar baku yang digunakan dan memiliki hasil di bawah normal. Standar baku yang digunakan yaitu *World Health Organization - Multicentre Growth Reference Study* (WHO – MGRS) tahun 2005 dengan kategori pendek apabila nilai z – skor nya adalah -2 SD (Standar Deviasi) dan dikategorikan sangat pendek apabila nilai z – skor nya adalah -3 SD (Kemenkes RI, 2016). Permasalahan balita stunting merupakan suatu permasalahan gizi yang sedang dihadapi dalam lingkup nasional maupun internasional. Pada tahun 2017, terdapat 22% balita di dunia yang mengalami kejadian balita stunting atau setara dengan jumlah 150.800.000 balita. Menurut data prevalensi balita stunting dari *World Health Organization* (WHO), Negara Indonesia menduduki peringkat ketiga di regional Asia Tenggara yaitu den-

gan jumlah rata-rata prevalensi balita stunting tahun 2005 – 2017 sebesar 36,4%. Berdasarkan Data Pemantauan Status Gizi Tahun 2015 – 2017 di Indonesia, kejadian balita stunting memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan dengan permasalahan gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus, dan gemuk (Kemenkes RI, 2018).

Permasalahan balita stunting memiliki berbagai dampak beragam yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang balita, diantaranya mengganggu pertumbuhan tinggi dan berat badan anak sehingga anak cenderung lebih pendek dengan berat badan cenderung jauh dibawah rata-rata anak lain seusianya, tumbuh kembang anak yang tidak optimal dapat menyebabkan anak terlambat jalan akibat kemampuan motoriknya kurang optimal dan dapat mempengaruhi kemampuan belajar anak, dikarenakan kondisi stunting berpengaruh terhadap IQ anak yang lebih rendah dibandingkan dengan anak lain seusianya. Maka dapat diketahui bahwa stunting berdampak terhadap tumbuh kembang anak baik secara fisik maupun kognitif (La Ode Alifariki, 2020). Kasus balita stunting dapat menggambarkan adanya permasalahan gizi kronis dan hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor multi dimensi, diantaranya dapat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan dan gizi calon ibu, masa janin, dan masa bayi/balita. Upaya intervensi gizi paling efektif untuk kasus balita stunting ialah pada saat 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yaitu ibu hamil, ibu menyusui, dan anak usia 0 – 23 bulan. Periode 1.000 HPK meliputi 270 hari selama kehamilan dan 730 hari pertama setelah bayi dilahirkan merupakan periode yang menentukan kualitas kehidupan (Kemenkes RI, 2016).

Penyebab dari tingginya kasus balita stunting di Desa Bero, kebanyakan disebabkan oleh sang ibu yang kurang memperhatikan asupan gizi anaknya. Hal ini serupa dengan yang dijelaskan dalam (La Ode Alifariki, 2020) bahwa pola asuh ibu merupakan penyebab paling dominan terhadap munculnya kasus balita stunting yaitu ketika ibu hamil kurang mengonsumsi makanan bergizi dalam jumlah yang cukup, kemudian ketika sang anak lahir, anak tidak mendapatkan ASI eksklusif dalam jumlah yang cukup dan tidak mendapatkan MPASI dengan gizi seimbang saat berusia 6 bulan keatas. Selain itu, anak juga perlu diberikan makanan pelengkap yang mengandung nutrisi penting disamping asupan kalori murni untuk mendukung pertumbuhan pada anak. Penyebab seorang ibu kurang memperhatikan asupan gizi anaknya yang terjadi di Desa Bero dapat disebabkan oleh berbagai faktor lainnya salah satunya yaitu kurangnya pengetahuan maupun kepedulian dari calon ibu mengenai balita stunting. Maka dari itu kegiatan pembuatan baby cafe diharapkan dapat menjadi salah satu solusi sekaligus sebagai program unggulan dalam pelaksanaan kegiatan UNNES GIAT 2 di Desa Bero yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan calon ibu mengenai pencegahan balita stunting serta meningkatkan kepedulian akan dampak jangka panjang atas permasalahan stunting tersebut.

Metode

Pelaksanaan kegiatan UNNES GIAT 2 di Desa Bero, Kecamatan Trucuk, Kabupaten Klaten dilaksanakan pada 11 Juli – 15 September 2022. Desa Bero terbagi kedalam tujuh wilayah dusun yaitu Puluhan, Karangasem, Karangkulon, Gatak, Mandong, Brondongsari, Bero. Pada pelaksanaan kegiatan UNNES GIAT 2 Tahun 2022 mahasiswa UNNES menjalankan salah satu program kerja unggulan yaitu pembuatan baby cafe. Program tersebut dilaksanakan sebagai upaya mahasiswa UNNES untuk memberikan ide, gagasan dan solusi terhadap permasalahan balita stunting di Desa Bero.

Adapun Langkah-langkah kegiatan tersebut terdiri atas persiapan, pelaksanaan dan evaluasi dari beberapa kegiatan diantaranya:

(1) Persiapan

Pada tahap persiapan, sebelum pembuatan baby cafe kami berkonsultasi dengan bidan Desa Bero untuk mendapatkan pengetahuan dan pemahaman terkait stunting mulai dari faktor penyebab hingga cara pencegahannya. Kemudian, kami juga berkonsultasi dengan ahli gizi di Desa Bero terkait makanan pendamping (MP-ASI) untuk balita usia 6 bulan – 2 tahun serta tata cara pembuatannya untuk mencegah balita mengalami stunting. Selanjutnya, mahasiswa melakukan survey ke pasar yang ada di Kecamatan Pedan untuk membeli bahan-bahan yang dibutuhkan sebagai persiapan pembuatan baby café. Mahasiswa juga mempersiapkan segala peralatan memasak yang dibutuhkan untuk pembuatan baby cafe.

(2) Pelaksanaan

Pembuatan baby café dilaksanakan atas dasar rasa peduli mahasiswa untuk membantu mengatasi masalah stunting yang terjadi di Desa Bero. Oleh karena itu mahasiswa berkonsultasi dengan bidan Desa Bero yang kemudian ditemukan salah satu solusi yang dapat membantu mencegah stunting pada balita di Desa Bero dengan cara membuat makanan pendamping MPASI. Fokus dari pembuatan baby café yaitu pembuatan makanan MPASI berupa dessert yang berbahan dasar pisang dan buah naga. Kemudian makanan MPASI tersebut dibagikan kepada masyarakat luas khususnya kepada para ibu-ibu yang memiliki bayi dibawah 1 tahun.

(3) Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan selama pelaksanaan program. Pada aspek pencapaian program dilakukan evaluasi berdasarkan taraf penyelesaian keseluruhan program yang direncanakan.

Hasil dan Pembahasan

Permasalahan mengenai balita stunting merupakan masalah yang menjadi prioritas di Desa Bero untuk segera diselesaikan. Karena stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek bila dibandingkan dengan anak lain seusianya. Kekurangan gizi terjadi begitu saja sejak bayi masih dalam kandungan serta pada masa awal setelah bayi dilahirkan. Akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia dua tahun. Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Stunting dapat terjadi mulai dari janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. Kekurangan gizi pada usia dini dapat meningkatkan risiko kematian bayi dan anak, menyebabkan penderitanya mudah sakit dan memiliki postur tubuh tak maksimal saat dewasa, kemampuan kognitif para penderita stunting juga berkurang, sehingga mengakibatkan kerugian ekonomi jangka panjang bagi Indonesia. Stunting disebabkan oleh berbagai faktor multi dimensi yang tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun balita.

Usia 0–2 tahun atau usia dibawah tiga tahun (batita) merupakan periode emas (golden age) untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, karena pada masa tersebut terjadi pertumbuhan yang sangat pesat. Pada periode 1000 hari pertama kehidupan sering disebut window of opportunities atau periode emas, yang didasarkan pada kenyataan bahwa pada masa janin sampai anak usia dua tahun terjadi proses tumbuh-kembang yang sangat cepat dan tidak terjadi pada kelompok usia lain. Gagal tumbuh pada periode ini akan mempengaruhi status gizi dan kesehatan pada usia dewasa. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya-upaya penanggulangan masalah stunting, mengingat tingginya prevalensi stunting di Indonesia khu-



Gambar 1. Proses Pembuatan MP-ASI Berupa Dessert Buah Naga

susnya di Desa Bero. Oleh karena itu kami Mahasiswa GIAT 2 Desa Bero berinisiatif untuk menjalankan salah satu program kerja yang juga menjadi program kerja unggulan kami dalam kegiatan UNNES GIAT 2 Desa Bero yaitu pembuatan baby café yang diharapkan dapat menjadi terobosan untuk mengurangi angka stunting.

Dalam kegiatan pembuatan baby café ini, kami mempersiapkan terlebih dahulu segala kebutuhan mulai dari perlengkapan memasak dan bahan-bahan untuk pembuatan baby café serta resep pembuatannya yang berkoordinasi dan berkonsultasi dengan bidan Desa Bero serta ahli gizi. Sehingga dengan adanya baby café bagi ibu-ibu yang malas, repot dan tidak sempat membuatkan makanan sehat dan bergizi bagi bayinya, dapat tetap memberikan makanan sehat dan bergizi untuk bayinya. Selain membagikan makanan dessert, mahasiswa juga memberikan edukasi kepada para ibu-ibu terkait pentingnya makanan bergizi untuk bayi.

Proses pembuatan baby café yang berjenis dessert berbahan dasar buah naga dimulai dari mempersiapkan alat dan bahannya terlebih dahulu seperti, buah naga, buah pisang, biskuit bayi, sendok atau garpu, mangkok, dan pisau. Untuk pembuatan dessertnya sendiri dimulai dari memotong buah naga dan pisang menggunakan pisau menjadi kecil-kecil, lalu buah naga dan pisang dihaluskan menggunakan sendok atau garpu didalam mangkok. Kemudian menambahkan biskuit dan dihaluskan bersamaan dengan buah sampai semua merata. Setelah semua bahan telah halus dan tercampur rata, dessert buah naga dimasukkan kedalam cup dan diberi topping berupa potongan buah pisang, dan selanjutnya dessert siap dibagikan kepada balita umur 6 bulan sampai 2 tahun.

Simpulan

Masalah gizi di Indonesia cukup berat yang ditandai dengan banyaknya kasus kurang gizi. Salah satunya keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan stunting. Berdasarkan (Markowitz and Cosminsky, 2014) dijelaskan bahwa stunting didefinisikan sebagai tinggi badan yang lebih dari dua standar di bawah Standar Pertumbuhan Anak menurut World Health Organization (WHO). Permasalahan balita stunting merupakan suatu permasalahan gizi yang sedang dihadapi dalam lingkup nasional maupun internasional. Permasalahan balita stunting memiliki berbagai dampak beragam yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang balita, diantaranya mengganggu pertumbuhan tinggi dan berat badan anak sehingga anak cenderung lebih pendek dengan berat badan yang cenderung jauh dibawah rata-rata anak lain seusianya, tumbuh kembang anak yang tidak optimal dapat menyebabkan anak terlambat jalan akibat kemampuan motoriknya kurang optimal dan dapat mempengaruhi kemampuan belajar sang anak, dikarenakan kondisi stunting berpengaruh terhadap IQ anak yang lebih rendah dibandingkan dengan anak lain seusianya. Penyebab dari tingginya kasus

balita stunting di Desa Bero, kebanyakan disebabkan oleh sang ibu yang kurang memperhatikan asupan gizi anaknya. Stunting disebabkan oleh berbagai faktor multi dimensi. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi stunting terdapat pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari anak balita.

Permasalahan mengenai balita stunting merupakan masalah yang menjadi prioritas di Desa Bero untuk segera diselesaikan. Usia 0–2 tahun atau usia dibawah tiga tahun (batita) merupakan periode emas (golden age) untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, karena pada masa tersebut terjadi pertumbuhan yang sangat pesat. Oleh karena itu kami Mahasiswa GIAT 2 Desa Bero berinisiatif untuk menjalankan salah satu program kerja yang juga menjadi program kerja unggulan kami dalam kegiatan UNNES GIAT 2 Desa Bero yaitu pembuatan baby café yang diharapkan dapat menjadi sebuah terobosan untuk mengurangi angka stunting. Dalam kegiatan pembuatan baby café ini, kami mempersiapkan terlebih dahulu segala kebutuhan mulai dari perlengkapan memasak dan bahan-bahan untuk pembuatan baby café serta resep pembuatannya yang berkoordinasi dan berkonsultasi dengan bidan Desa Bero serta ahli gizi. Sehingga dengan adanya program baby café diharapkan bagi ibu-ibu yang malas, repot dan tidak sempat membuatkan makanan sehat dan bergizi bagi bayinya, dapat tetap memberikan makanan sehat dan bergizi untuk bayinya. Pencegahan stunting dapat dilakukan diantaranya dengan cara pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil, ASI eksklusif sampai umur 6 bulan dan setelah umur 6 bulan diberi makanan pendamping ASI (MPASI) yang cukup jumlah dan kualitasnya, memantau pertumbuhan balita di posyandu, meningkatkan akses terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi, serta menjaga kebersihan lingkungan.

Referensi

- Kementerian Kesehatan RI. 2016. *INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- La Ode Alifariki, S.Kep., Ns., M. K. 2020. *Gizi Anak dan Stunting*. Edited by M. Ns. Heriviyatno Julika Siagian, S.Kep. and M. K. Mariany, S.ST. Yogyakarta: Leutika Prio.
- Markowitz DL, Cosminsky S. 2014. Overweight and stunting in migrant Hispanic children in the USA. *Econ Hum Biol.* (2 SPEC. ISS.): 215-240.