

## **PENGUATAN ASPEK SOSIO BUDAYA PANGAN GIZI DAN KESEHATAN DALAM RANGKA PERCEPATAN PENURUNAN STUNTING DI DESA SUMLILI KECAMATAN KUPANG BARAT KABUPATEN KUPANG**

**Marthen Robinson Pellokila<sup>1\*</sup>, Grouse Oematan<sup>2</sup>, Marselinus Laga Nur<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Agribisnis, Fakultas Pertanian Universitas Nusa Cendana <sup>2-</sup>

<sup>3</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat.

Universitas Nusa Cendana, Kupang NTT

\*e-mail Korespondensi: marthenrobinsonpellokila@staf.undana.ac.id

### **ABSTRAK**

Aspek sosial dan budaya dari suatu masyarakat terbentuk dari suatu hasil perpaduan berbagai interaksi perilaku masyarakat setempat dengan lingkungan di mana masyarakat itu berada yang telah berlangsung turun temurun. Aspek sosial dan budaya masyarakat ini menentukan apa yang dimakan oleh masyarakat di suatu tempat. Penentuan pola konsumsi pangan masyarakat di suatu tempat dipengaruhi oleh berbagai factor yang kompleks. Faktor-gaktor itu seperti: tradisi makan yang merupakan warisan turun temurun, produksi pertanian setempat, pengetahuan akan kandungan gizi dari jenis-jenis makanan yang ada dalam pola konsumsi pangan, pendapatan dan kecenderungan-kecenderungan baru dalam pola konsumsi pangan yang terus berkembang dalam masyarakat. Penentuan pola konsumsi pangan ini bersifat dinamis yang berubah seiring dengan perjalanan waktu. Kegiatan Pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk melakukan penguatan aspek sosio budaya pangan gizi dan kesehatan ibu balita dalam rangka percepatan penurunan stunting di Desa Sumlili, Kecamatan Kupang Barat, Kabupaten Kupang. Pelaksanaan pengabdian ini menggunakan metode "Pendidikan penyuluhan kepada masyarakat". Peserta penyuluhan adalah semua ibu balita sebanyak 30 orang pada tanggal 20 Nopember 2022 di Desa Sumlili, Kecamatan Kupang Barat Kabupaten Kupang. Kegiatan penyuluhan ini menemukan hasil bahwa dari 30 ibu balita terdapat 87% belum terkait peranan aspek sosio budaya terhadap pangan, gizi dan kesehatan ibu dan balita. Setelah dikonfirmasi, diketahui bahwa ibu balita tersebut selama ini hanya menyiapkan menu makanan dan pengolahan makanan tersebut sesuai kebiasaan makan mereka secara turun-temurun. Setelah melakukan penyuluhan ditemukan bahwa semua ibu balita dapat memahami tentang peranan factor sosio budaya pangan dan gizi serta Kesehatan ibu dan anak serta mempunyai peningkatan ketrampilan dalam memilih jenis pangan, menentukan menu dan menilai status gizi.

**Kata Kunci** : Beragam, Gizi, Gizi Seimbang, Pangan, Sosio Budaya, Stunting

## STRENGTHENING SOCIO-CULTURAL ASPECTS OF FOOD NUTRITION AND HEALTH IN THE FRAMEWORK OF ACCELERATION OF STUNTING REDUCTION IN SUMLILI VILLAGE, KUPANG BARAT SUB-DISTRICT KUPANG REGENCY

**Marthen Robinson Pellokila<sup>1\*</sup>, Grouse Oematan<sup>2</sup>, Marselinus Laga Nur<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Agribusiness Study Program, Faculty of Agriculture, University of Nusa Cendana

<sup>2-3</sup>Public Health Study Program, Faculty of Public Health, Nusa Cendana University

\*e-mail Correspondence : marthenrobinsonpellokila@staf.undana.ac.id

### ABSTRACT

The social and cultural aspects of a society are formed as a result of a combination of various interactions between the behavior of the local community and the environment in which the community is located which has been passed down from generation to generation. The social and cultural aspects of this community determine what people eat in a certain place. The determination of the food consumption pattern of a community in a place is influenced by various complex factors. These factors include: eating traditions which are passed down from generation to generation, local agricultural production, knowledge of the nutritional content of the types of food in food consumption patterns, income and new trends in food consumption patterns that continue to develop in society. The determination of this food consumption pattern is dynamic and changes over time. This service activity was carried out with the aim of strengthening the socio-cultural aspects of food, nutrition and the health of mothers under five in order to accelerate the reduction of stunting in Sumlili Village, West Kupang District, Regency. Kupang. The implementation of this service uses the "Community extension education" method. The counseling participants were all 30 mothers with toddlers on November 20, 2022 in Sumlili Village, West Kupang District, Kupang Regency. This counseling activity found that out of 30 mothers with toddlers, 87% had not been related to the role of the socio-cultural aspects of food, nutrition and the health of mothers and toddlers. After being confirmed, it was discovered that the mother of the toddler had only prepared the food menu and processed the food according to their eating habits that had been passed down for generations. After carrying out counseling it was found that all mothers under five could understand the role of socio-cultural factors in food and nutrition as well as maternal and child health and had increased skills in choosing food types, determining menus and assessing nutritional status.

**Keywords :** *Balanced Nutrition, Diverse, Food, Nutrition, Sosio Culture, Stunting*

## PENDAHULUAN

Pola konsumsi pangan masyarakat yang terbentuk dari aspek-aspek sosio-budaya masyarakat menentukan status gizi dan status kesehatan. Pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan sosio-budaya berperan penting untuk menjaga ketahanan dan keberlangsungan kehidupan masyarakat. Salah satu aspek penting yang perlu mendapat perhatian adalah pemahaman masyarakat mengenai asupan gizi seimbang. Asupan gizi seimbang dalam makanan dan minuman adalah salah satu faktor utama yang berperan dalam menunjang kesehatan seseorang selain dari pola hidup berolahraga. Makanan yang dimakan untuk sekadar memenuhi rasa lapar, tidaklah cukup. Saat mengonsumsi makanan, gizi seimbang haruslah diperhatikan. Namun bagaimanapun juga makanan dan minuman yang dikonsumsi tidak terlepas dari pengaruh social dan budaya masyarakat setempat. Setiap strata atau kelompok sosial masyarakat mempunyai pola tersendiri dalam memperoleh, menggunakan, dan menilai makanan yang merupakan ciri dari strata atau kelompok sosial masing-masing (Suhardjo, 1989). Hal ini sesuai Hukum Bennet dengan adanya pembagian strata dalam masyarakat berdasarkan ekonomi, yaitu semakin tinggi pendapatan menyebabkan semakin beragam konsumsi jenis makanan pokok (Hardinsyah dan Suhardjo, 1987).

Lingkungan sosial memberikan gambaran jelas tentang perbedaan pola makan. Setiap masyarakat atau suku mempunyai kebiasaan makan berbeda sesuai kebiasaan yang dianut. Masyarakat mengonsumsi bahan makanan tertentu yang mempunyai nilai sosial sesuai dengan tingkat status sosial yang terdapat pada masyarakat tersebut. (Suhardjo, 1989). Berbagai faktor sosial budaya seperti asal/suku masyarakat, pendapatan tingkat pendidikan, umur, jenis kelamin semuanya berpengaruh pada pola konsumsi yang berujung pada asupan gizi. Dengan demikian memahamsi factor social dan budaya dalam masyarakat adalah hal yang penting untuk memberikan pemahaman yang benar tentang asupan gizi untuk memberikan suatu kehidupan yang sehat. Dalam menjalani gaya hidup sehat, setiap orang dihimbau untuk mengonsumsi makanan bergizi seimbang. Hal ini dilakukan agar kebutuhan gizi tubuh dapat dipenuhi dalam setiap harinya (Suharjana, 2012). Masalahnya, tak semua orang mungkin paham mengenai pedoman gizi seimbang yang harus dilakukan. Sebelum memahami pedomannya, Anda juga harus mengetahui terlebih dahulu apa itu pengertian gizi seimbang.

Desa Sumlili terletak di daerah pesisir di Kecamatan Kupang Barat, Kabupaten Kupang. Sebagian besar masyarakat di desa Sumlili bermata pencaharian sebagai petani, dan nelayan. Produksi pertanian dari Desa Sumlili berupa hasil pertanian tanaman pangan seperti jagung, padi, kacang tanah, sayur-sayur, ternak sapi dan hasil perikanan.

Jarak Desa Sumlili dengan pusat kota provinsi  $\pm 24$  km. Transportasi dari pusat kota ke Desa Sumlili dapat ditempuh dengan kendaraan bermotor  $\pm 30$  menit. Walaupun jarak dari Desa Sumlili ke kota provinsi cukup dekat namun arus transportasinya kurang lancar karena kondisi jalan yang kurang baik. Dengan demikian hasil pertanian dari Desa Sumlili tidak bisa segera dipasarkan ke pusat kota provinsi demikian halnya juga dengan barang-barang kebutuhan

sehari-hari dari Desa Sumlili tidak bisa segera diperoleh dari pusat kota provinsi. Berdasarkan data Puskesmas setempat menunjukkan bahwa angka prevalensi stunting di Desa Sumlili tergolong tinggi yakni sekitar  $\pm 25\%$ . Data rata-rata tingkat pendidikan masyarakat petani dan nelayan di Desa Sumlili masih tergolong rendah. Sebagian besar penduduk petani dan nelayan tidak menyelesaikan pendidikan di tingkat SMA. Kegiatan pengabdian ini secara umum bertujuan untuk mengarahkan seluruh ibu balita dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang aspek social budaya pangan dan gizi dengan tujuan untuk menanggulangi stunting dan dampaknya.

## **METODE PENGABDIAN**

Pelaksanaan pengabdian ini menggunakan metode “Pendidikan penyuluhan kepada Masyarakat”. Dimana, semua peserta ibu balita diberikan materi penyuluhan dengan tujuan mampu memilih atau menentukan sendiri jenis, jumlah dan frekuensi makan yang sehat dengan mempertimbangkan aspek sosial budaya gizi.

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan :

### **1. Pra Kegiatan**

#### **1.1. Rapat strategi Pelaksanaan Kegiatan**

Rapat strategi pelaksanaan kegiatan dipimpin oleh ketua pelaksana untuk mendiskusikan strategi dan tahap-tahapan kegiatan dari rencana pelaksanaan kegiatan penyuluhan yang akan dilaksanakan.

### **2. Survey Lokasi**

Kegiatan paling awal dalam pengabdian masyarakat setelah pembagian tugas dari masing-masing anggota tim, adalah melakukan observasi (seluruh tim pelaksana) di Desa

Sumlili untuk memahami dan mengkaji berbagai potensi dan permasalahan yang ada di masyarakat. Memahami menyerap berbagai informasi dari Kepala Desa, Desa Sumlili, Ketua PKK, Ibu-ibu PKK dan tokoh masyarakat lainnya. Selanjutnya menentukan program kegiatan pengabdian masyarakat berdasarkan hasil analisis potensi dan permasalahan yang disepakati bersama dengan tokoh masyarakat, dengan tema “Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Rangka Penerapan Gizi Seimbang” yang dilaksanakan mengarah pada pencapaian output yang telah ditetapkan, yakni perbaikan gizi masyarakat Desa Sumlili.

### **3. Persiapan Sarana dan Prasarana**

Persiapan yang dilakukan sebelum melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Ibu ibu PKK Desa Sumlili, Kecamatan Kupang Barat, Kabupaten Kupang adalah sebagai berikut:

- a. Pembuatan proposal pengabdian masyarakat
- b. Pembuatan Media (booklet, Contoh Menu Gizi Seimbang)
- c. Pembuatan pertanyaan tentang gizi

d. Persiapan tempat pelaksanaan kegiatan

Metode yang dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dengan kombinasi “Simulasi”. Selanjutnya, dilakukan evaluasi pre dan post test untuk mengukur perubahan sikap ibu balita tentang materi penyuluhan. Kegiatan Pengabdian ini akan dilaksanakan pada tanggal 20 November 2022 dengan lokasi kegiatan Puskesmas Sumlili Kabupaten Kupang. Adapun jumlah sampel adalah 30 orang ibu balita dan Tokoh agama Wilayah Kecamatan Kupang Barat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

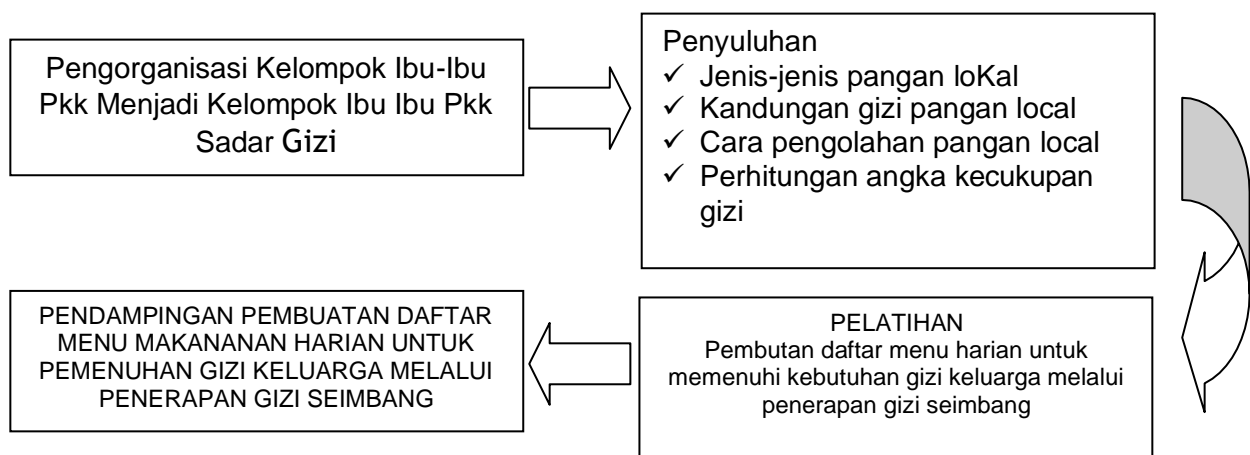
### 1. Edukasi Gizi dan Latihan Pengolahan Pangan Lokal

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat di Desa Sumlili, Kota Kupang, adalah dengan metode Penyuluhan dan Pelatihan. Pemerintah desa serta organisasi kemasyarakatan yang berada di bawahnya, khususnya kelompok ibu-ibu PKK yang dilibatkan secara aktif sebagai sarana pengembangan kegiatan. Hal ini sesuai dengan fungsi pemerintah desa dan organisasi kemasyarakatan yang berperan dalam meningkatkan mental dan perilaku hidup masyarakat guna meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat khususnya wanita tani sehingga kualitas hidup masyarakat meningkat. Khalayak sasaran (kelompok ibu-ibu PKK) kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat menghasilkan kelompok ibu-ibu PKK yang mempunyai pemahaman yang benar tentang gizi dan ketrampilan yang baik tentang cara pengolahan pangan lokal yang tepat guna memenuhi standar gizi seimbang.

Kelompok ibu-ibu PKK juga dilibatkan yang secara langsung berperan sebagai pengadaan bahan baku pangan lokal. Kelompok ibu-ibu PKK ini pada akhirnya diharapkan akan memiliki peran yang penting sebagai pioneer sadar gizi dalam keluarga untuk menopang perbaikan gizi keluarga. Kegiatan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pemahaman tentang gizi dan pengolahan pangan lokal yang tepat untuk memenuhi standar gizi seimbang, melalui tahapan: 1. Pembentukan kelompok ibu-ibu PKK sadar gizi. Kelompok ibu-ibu PKK ini dibentuk dari kelompok-kelompok dasa wisma yang sudah ada sebelumnya di Desa Sumlili. 2. Penyuluhan tentang pengetahuan gizi keluarga untuk motivasi kepada masyarakat wanita Desa Sumlili pentingnya gizi bagi peningkatan kualitas sumberdaya manusia. Memotivasi masyarakat untuk berusaha secara berkelompok, pemberian pengetahuan tentang gizi sehingga masyarakat wanita memiliki kesadaran bersama tentang pentingnya gizi bagi pengembangan kualitas sumberdaya manusia di masa depan.

- a) Penyuluhan tentang pengetahuan gizi sebagai dasar peningkatan kualitas sumberdaya manusia.
- b) Pelatihan tentang pemanfaatan pangan lokal dan pengolahannya untuk memenuhi standar gizi seimbang.

Berdasarkan berbagai penjelasan tersebut dapat dibuat bagan konsep kegiatan seperti pada gambar 1.



Gambar 1. Bagan Konsep Kegiatan Penyuluhan dan Pelatihan Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Rangka Penerapan Gizi Seimbang di Desa Sumlili

### 3.2.2. Penyampaian Materi Penyuluhan dan Pelatihan

Penyuluhan dan Pelatihan Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Rangka Penerapan Gizi Seimbang di Desa Sumlili Kecamatan Kupang Barat, Kabupaten Kupang dilaksanakan pada Hari Sabtu, Tanggal Oktober 2022 di Desa Sumlili dan dihadiri oleh Staf Desa Ibu-Ibu PKK dan Ibu-Ibu Kader. Keseluruhan peserta Penyuluhan dan Pelatihan di luar Staf Desa berjumlah 25 orang. Acara kegiatan Penyuluhan dan Pelatihan Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Rangka Penerapan Gizi Seimbang di Desa Sumlili Kecamatan Kupang Barat, Kabupaten Kupang ini dibuka oleh Sekretaris Desa



Gambar 1. Penyampaian Materi tentang Pengetahuan Gizi Seimbang



Gambar 2. Penyampaian Materi tentang Pengetahuan Gizi Seimbang

### 3.2.2.1. Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang

Inti materi tentang pengetahuan gizi seimbang menitik beratkan pada 4 pilar Gizi seimbang yaitu:

1. Gizi Seimbang
  - a. Bergizi
  - b. Beragam
  - c. Berimbang
2. Jaga kebersihan
3. Olah Raga yang teratur
4. Pantau berat badan

### 3.2.2.2. Pengolahan Pangan Lokal

Ringkasan materi penyuluhan dan pelatihan tentang Pemanfaatan Pangan Lokal dan dan Pengolahannya.

1. Manfaatkan pekarangan untuk menanam pangan lokal
2. Pangan lokal menyediakan berbagai sumber gizi yang dibutuhkan oleh manusia
3. Pangan lokal tidak perlu mahal
4. Pengolahan pangan local harus dilakukan dengan benar agar kandungan gizi yang terkandung di dalamnya tidak hilang

### 3.2.3. Pre Test dan Post test

*Pre test* adalah kegiatan menguji tingkat pengetahuan responden mengenai materi yang akan disampaikan, dalam hal ini adalah pengetahuan mengenai gizi dan jajanan yang sehat untuk anak sekolah. Kegiatan ini dilakukan sebelum permainan berlangsung. Uji tingkat pengetahuan menggunakan selebar kuisisioner mengenai gizi dan jajanan yang sehat untuk anak sekolah yang diberikan kepada responden untuk diisi sesuai kemampuan masing-masing responden.

*Post test* adalah kegiatan menguji tingkat pengetahuan responden mengenai materi setelah permainan selesai. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan

responden dari sebelum mendengarkan paparan materi dengan pengetahuan responden setelah mendengarkan paparan yang disampaikan. Setelah direkap hasil pre test dan post test didapati hasil ada peningkatan pengetahuan dari 60% menjadi 80% berdasarkan item-item pertanyaan yang ditanyakan.



Gambar 3. Pelaksanaan Pre Test



Gambar 4. Pelaksanaan Post Test

Penutupan kegiatan Penyuluhan dan Pelatihan Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Rangka Penerapan Gizi Seimbang di Desa Sumlili Kecamatan Kupang Barat, Kabupaten Kupang ini dilakukan oleh Sekretaris Desa Sumlili dengan ditandai penyerahan alat bantu pengukuran Anthropometri untuk penentuan status Gizi kepada Ibu Ibu PKK dan Ibu Ibu Kader melalui Sekretaris Desa



Gambar 5. Penutupan Kegiatan

### 3.3. Pasca kegiatan

Setelah kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dilakukan evaluasi akhir untuk mengetahui peningkatan pengetahuan gizi dan ketrampilan pengolahan pangan lokal, mengidentifikasi kendala-kendala apa saja yang dialami oleh ibu-ibu dalam memperoleh pengetahuan gizi, dan pengolahan pangan lokal ibu-ibu PKK selama dalam kegiatan penyuluhan, merangkum semua hasil temuan untuk mejnjadikan “lesson learnt” untuk kegiatan mendatang dan melakukan publikasi kegiatan pada Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat.

1. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa Pangan lokal di Desa Sumlili tersedia di Lingkungan Desa Sumlili
2. Belum semua lahan pekarangan di Desa Sumlili dimanfaatkan untuk penanaman sumber pangan laokal

3. Pengolahan pangan local belum sempurna
4. Pemahaman tentang Gizi Seimbang, Pemanfaatan dan Pengolahan Pangan Lokal dan Pengukuran Gizi belum memadai
5. Berdasarkan hasil rekapan diketahui bahwa ada peningkatan pengetahuan tentang Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Rangka Penerapan Gizi Seimbang, Pemanfaatan dan Pengolahan Pangan Lokal dan Penggunaan alat ukur Anthropometri setelah mengikuti kegiatan Penyuluhan dan Pelatihan.

## **KESIMPULAN**

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat Desa Sumlili, Kecamatan Kupang Barat, Kabupaten Kupang tentang Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Rangka Penerapan Gizi Seimbang telah terlaksana dengan baik.
2. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Rangka Penerapan Gizi Seimbang di Desa Sumlili, Kecamatan Kupang Barat, Kabupaten Kupang mendapatkan respon yang antusias dari para peserta penyuluhan yakni kelompok Ibu-Ibu PKK dan Kader Desa
3. Didapatkan banyak pertanyaan dari peserta penyuluhan kelompok Ibu-Ibu PKK dan Kader Desa terkait materi penyuluhan baik itu yang menyangkut dengan topik Pemahaman Gizi Seimbang, Pengolahan bahan pangan lokal dan Pengukuran Anthropometri untuk mengetahui status Gizi

## **REKOMENDASI KEGIATAN :**

Hal yang harus diperbaiki agar program/kegiatan yang dilakukan bisa lebih efektif menurunkan stunting adalah :

1. Melakukan sistem pendataan secara terpadu (sigizi terpadu) sehingga program/kegiatan yang dilakukan bisa tepat sasaran dan efektif dalam menanggulangi dan menurunkan stunting.
2. Menyediakan aplikasi sistem satu data (bigdata application)
3. Menentukan sistem komando konvergensi dilapangan guna menjamin pelaksanaan aksi konvergensi

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Agnesia, Dian, 2019. Peran Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Remaja Di Sma Yasmu Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. *Journal of Community Empowerment*. Volume : 1, Nomor: 2. Halaman :64-76 DOI: <http://dx.doi.org/10.33021/aia.v1i2.847>
- Fitri, Zohriatun dan A. Salam, 2017. Penerapan Pedoman Gizi Seimbang Pada Ibu Balita Di Kelurahan Babakan. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)* Volume : 2, Nomor: 2, Halaman: 148-153

Kementerian Kesehatan RI. 2013. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. No. 1995/MENKES/SK/XIV 2010 tentang Stantar Antropometri Penilaian Status Gizi.

Kementerian Kesehatan RI, 2014. Pedoman Gizi Seimbang.

Meylina, Djafar, 2014. Dampak Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Tindakan Kader Posyandu Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang (Pugs) Di Pondok Betung Pondok Aren. Jurnal Ilmiah Widya. Volume: 2, Nomor:2, Halaman: 21-25. [https://e-journal.jurwidyakop3.com/index.php/jurnal-ilmiah/article/view/176\\_dikunjungi](https://e-journal.jurwidyakop3.com/index.php/jurnal-ilmiah/article/view/176_dikunjungi) 21 April, 2021.

Nusu, A. C., 2019. Penerapan Pedoman Gizi Seimbang Melalui Media 'Piring Makanku' Terhadap Perilaku Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Di Panti Asuhan Kota Makassar. Thesis. Program Pascasarjana Universitas Hasanuddin Makassar. [http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/3050/2/19\\_K012172037\\_Tesis%28FILEminimize%29%20...%20ok%201-2.pdf](http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/3050/2/19_K012172037_Tesis%28FILEminimize%29%20...%20ok%201-2.pdf)

Suharjana, 2012. Kebiasaan Berperilaku Hidup Sehat Dan Nilai-Nilai Pendidikan Karakter. Jurnal Pendidikan Karakter. Tahun ke II (Juni 2012): Nomor: 2, Halaman:189-201 DOI: <https://doi.org/10.21831/jpk.v0i2.1303>