

RUMAH KOMUNIKASI STUNTING SEBAGAI WADAH PEMBENTUKAN PERILAKU DAN KEMANDIRIAN GIZI PANGAN DI WILAYAH KABUPATEN TIMOR TENGAH SELATAN

Intje Picauly¹, Marni Marni², Soleman Landi³, Grouse Oematan⁴, Agus Setyobudi⁵

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana¹⁻⁵

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

ABSTRAK

Data SSGI tahun 2024 bahwa prevalensi stunting di Desa Oinlasi 37.2% lebih tinggi dari Kabupaten TTS (32.1%) dan jauh diatas angka rata-rata nasional (19.8%). Angka ini mencerminkan kondisi lapangan yang sulit akses terhadap pangan bergizi, air bersih, sanitasi layak, dan layanan kesehatan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku tentang pangan, gizi dan kesehatan; meningkatkan kemandirian pangan serta meningkatkan ekonomi keluarga berisiko Stunting. Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode kaji tindak terkait aspek edukasi pangan, gizi dan kesehatan serta pemanfaatan lahan pekarangan dalam pemenuhan aspek kemandirian pangan di Wilayah Pelayanan Polindesa Desa Oinlasi Kecamatan Molo Selatan Kabupaten TTS dibulan Juli - Agustus 2025. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah terjadinya perubahan perilaku masyarakat terkait pangan, gizi dan kesehatan serta tersedianya lokasi percontohan pemanfaatan lahan pekarangan beserta hasil Perikanan dan peternakan terintegrasi dengan pertanian hidroponik (3K:Kolam, Kandang dan Kebun) atau Kebun Gizi. Disarankan agar kegiatan Inovasi RUKOM Stunting ini dapat terus digalakkan dalam upaya perubahan perilaku masyarakat untuk hidup bergizi dan sehat, mandiri pangan serta meningkatkan pendapatan keluarga.

Kata kunci: *kemandirian gizi pangan, perilaku, rumah komunikasi stunting, stunting*

STUNTING COMMUNICATION HOUSE AS A FOOD BEHAVIOR AND NUTRITION INDEPENDENCE FORMATION IN THE SOUTH CENTRAL TIMOR REGENCY

Intje Picauly¹, Marni Marni², Soleman Landi³, Grouse Oematan⁴, Agus Setyobudi⁵

Public Health Study Program, Faculty of Public Health, Nusa Cendana University¹⁻⁵

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

ABSTRACT

SSGI data in 2024 showed that the prevalence of stunting in Oinlasi Village was 37.2% higher than TTS Regency (32.1%) which is far above the national average (19.8%). This figure reflects the difficult field conditions of access to nutritious food, clean water, proper sanitation, and health services. This activity aims to improve behavior regarding food, nutrition and health; increase food independence and improve the economy of families at risk of stunting. This activity was carried out using an action study method related to aspects of food, nutrition and health education as well as the use of agricultural land in fulfilling aspects of food independence in the Polindesa Service Area of Oinlasi Village, South Molo District, TTS Regency in July - August 2025. The results obtained from this activity were changes in community behavior regarding food, nutrition and health as well as the availability of pilot locations for the use of yard land along with integrated fisheries and livestock products with hydroponic farming (3K: Ponds, Cages and Gardens) or Nutrition Gardens. It is recommended that the RUKOM Stunting Innovation activity can continue to be promoted in an effort to change community behavior to live a nutritious and healthy life, be food independent and increase family income.

Keywords: *food nutrition independence, behavior, stunting communication house, stunting*

PENDAHULUAN

Asupan gizi seimbang adalah salah satu faktor penting yang berperan dalam menunjang kesehatan seseorang tidak sekedar memenuhi rasa lapar (Inayaht & Al Imam, 2021). Dalam menjalani gaya hidup sehat, setiap orang dihibau untuk mengonsumsi makanan bergizi seimbang. Pemenuhan kebutuhan gizi harus memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, dan mempertahankan berat badan normal guna mencegah masalah gizi (Asiva Noor Rachmayani, 2015). Gizi seimbang terdiri dari asupan yang cukup secara kuantitas, cukup secara kualitas, dan mengandung berbagai zat gizi yang diperlukan tubuh untuk menjaga kesehatan, pertumbuhan (pada anak-anak), penyimpanan zat gizi, serta untuk melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-hari (Intje Picauly, 2023).

Tubuh yang terinfeksi membutuhkan lebih banyak zat gizi. Atau dengan kata lain, infeksi merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi status gizi (BPS, 2018; Intje Picauly, 2023; Kemenkes RI, 2023; Zahrawani et al., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa gizi kurang dan penyakit infeksi memiliki keterkaitan. Orang yang menderita penyakit infeksi akan mengalami penurunan nafsu makan sehingga zat gizi yang masuk ke tubuh berkurang. Sehingga, membiasakan perilaku hidup bersih dapat membantu mencegah seseorang terkena infeksi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kekurangan asupan gizi dan penyakit infeksi merupakan faktor yang menyebabkan tingginya prevalensi Stunting di Propinsi NTT hingga saat ini. Selain factor-faktor seperti : pengetahuan ibu balita akibat rendahnya literasi terkait stunting, kebersihan diri dan lingkungan, keterbatasan air bersih, dan adanya factor kemiskinan. Pemerintah pusat sampai kabupaten kota telah melakukan berbagai upaya untuk proses percepatan penurunan masalah stunting, namun trend penurunannya masih sangat lambat. Oleh karena itu, dibutuhkan kerjasama berbagai lintas sektor. Semua sektor dilibatkan dengan berbagai metode pendekatan yang dikenal dengan model multihelix bertujuan melaksanakan proses percepatan penurunan stunting secara bersama-sama atau konvergensi. Sebagai wilayah yang bercirikan lahan kering dan kepulauan, maka kegiatan yang diusulkan untuk mendukung upaya percepatan penurunan stunting adalah dengan Strategi Optimalisasi Peran Multihelix dalam mendukung Pertumbuhan Green And Blue Economy Keluarga Berisiko Stunting.

Prinsip gizi seimbang (P2PTM Kemenkes RI, 2018) terdiri dari empat pilar, yang pada dasarnya merupakan upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk, dengan mengontrol berat badan secara teratur. Adapun empat pilar gizi seimbang tersebut, yaitu: Mengonsumsi makanan yang beraneka ragam; Membiasakan perilaku hidup bersih; Melakukan aktivitas fisik; dan Memantau dan mempertahankan berat badan normal. Tidak ada satupun makanan yang mengandung semua gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Misalnya, nasi merupakan sumber utama kalori, namun rendah vitamin dan mineral. Selain itu, sayur dan buah juga kaya akan vitamin, mineral, dan serat, namun rendah kalori dan protein. Oleh karena itu, sering dianjurkan untuk mengonsumsi makanan yang beraneka ragam ini

harus dalam proporsi makanan yang seimbang, jumlah yang cukup, tidak berlebihan, dan dilakukan secara teratur serta aman. Oleh karena itu, inovasi RUKOM Stunting merupakan salah satu inovasi yang akan memfokuskan : 1). Proses komunikasi informasi dan promosi untuk mencapai perubahan perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) terkait stunting, 2). Kemandirian pangan dan gizi ditingkat keluarga berisiko stunting melalui inovasi Dapur Sehat/Kebun Gizi. Rukom menerapkan prinsip penanggulangan stunting berbasis komunal atau ekosistem. Dimana semua elemen mulai dari pemerintah daerah, pemerintah desa bersama masyarakat dan tokoh agama serta tokoh adat bersama-sama saling mendukung semua program yang disepakati untuk dikerjakan. Berdasarkan kepentingan materi tersebut maka dilaksanakan kegiatan ini dengan tujuan untuk meningkatkan perubahan perilaku masyarakat (pengetahuan, sikap dan tindakan) terkait pangan, gizi dan kesehatan, mendukung langkah kemandirian pangan serta mendukung program pemerintah dalam upaya pengentasan kemiskinan di Wilayah Desa Oinlasi, Kecamatan Molo Selatan, Kabupaten Timor Tengah Selatan.

METODE PENGABDIAN

Alat dan Bahan

Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan ini dijelaskan menurut rangkaian proses melakukan kaji tindak program pengabdian kepada masyarakat antara lain :

1. Tahap survei lokasi dan konfirmasi kesediaan pihak desa dan masyarakat terhadap kajian dan tindakan dalam penyelesaian masalah sosial di Desa Oinlasi Kecamatan Molo Selatan-Kabupaten TTS. Adapun alat dan bahan yang digunakan antara lain :
 - Camera Digital/Video Rekaman
 - Alat ukur luas tanah (meter)
 - Tape Recorder
 - ATK
 - Transportasi dan Konsumsi
2. Tahap Eksekusi Program Pengabdian kepada Masyarakat
 - Analisis Situasi dan Perampungan Masalah serta Program/Inovasi
Alat dan bahan yang digunakan seperti : ATK, Recorder, Camera, Timbangan, Microtoice Elektronik, dan Cakram Gizi
 - Inovasi Edukasi Digital Elektronik
Alat dan bahan yang digunakan seperti : ToA Speaker ZH-625S, Amplifire, Mixer, Flash 2 GB, Tripleks 19inc, Gergaji, Balok 5/7, Baut/Mur, Bor Tembok, Paku 10 Inc, Cat Hitam, Thinner
 - Inovasi Pojok Literasi

Alat dan bahan yang digunakan seperti : Tripleks 19inc, Gergaji, Balok 5/7, Baut/Mur, Bor Tembok, Paku 10 Inc, Cat Hitam, Thinner, Boks konteiner, Buku referensi 40 buah judul, pewarnaan, Cakram Gizi kecil, cakram gizi besar.

- Inovasi 3K (Kandang, Kolam, dan Kebun) atau Kebun Gizi

Alat dan bahan yang digunakan seperti : Terpal kolam, kayu usuk 4/6, balik 5/7, bamboo, paku 7 cm, paku 10 cm, botol aqua 1,5 liter, media tanam, benih sayur, tali nilon ukuran kecil, kawat ram, seng datar, pasir campuran, batako, sekam/serbuk gergaji, waring.

Alat dan bahan yang akan digunakan dalam kegiatan ini antara lain :

No	Nama Alat	Jumlah Kebutuhan	No	Nama Alat	Jumlah Kebutuhan
1	Recorder	1 buah	14	Toa Speaker ZH-625S	1 buah
2	Camera	1 buah	15	Amplifire	1 buah
3	Timbangan	1 buah	16	Mixer	1 buah
4	Microtoice Elektronik	1 buah	17	Tripleks 19inc	2 lembar
5	Baut/Mur 5ml	1/5 ons	18	Gergaji	1 buah
6	Bor Tembok	1 buah	19	Balok 5/7	6 buah
7	Box Konteiner	1 buah	20	Paku 10 Inc	3 kg
8	Kayu usuk 4/6	30 batang	21	Thinner	1 kaleng besar
9	Paku 10 cm	3 kg	22	Balok 5/7	10 batang
10	Tali nilon ukuran kecil	1 rol besar	23	Paku 7 cm	1 kg
11	Seng datar ukuran 65cm	20 meter	24	Botol aqua 1,5 liter	220 buah
12	Batako	50 buah	25	Kawat ram	20 meter
13	Waring	24 meter			
No	Nama Bahan	Jumlah Kebutuhan	No	Nama Bahan	Jumlah Kebutuhan
1	ATK	3 paket	8	Crayon pewarnaan	2 set
2	Cat Hitam	4 liter	9	Terpal kolam	2 buah
3	Bamboo	20 pohon	10	Media tanam	10 kantong
4	Buku referensi	40 judul	11	Flash 2 GB	6 buah
5	Cakram Gizi kecil	5 set	12	Benih sayur	2 kg
6	Cakram gizi besar	1 buah	13	Pasir campuran	1 ret
7			14	Sekam/serbuk gergaji	60 kg

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat menggunakan dua (2) metode pelaksanaan yaitu : 1). pengkajian materi dan perumusan masalah sosial dan 2). Tindak lanjut eksekusi inovasi terhadap permasalahan dan solusi dilapangan. Sedangkan tahapan pelaksanaannya mulai dari tahap pretest, tahap simulasi, tahap eksekusi dan tahap posttest/evaluasi.

1. Tahapan pertama dilakukan pre-tes dan analisis situasi masalah sosial dilapangan dengan tujuan untuk mengetahui latarbelakang pendidikan formal dan tingkat pengetahuan masyarakat khususnya ibu balita tentang pangan, gizi dan kesehatan.



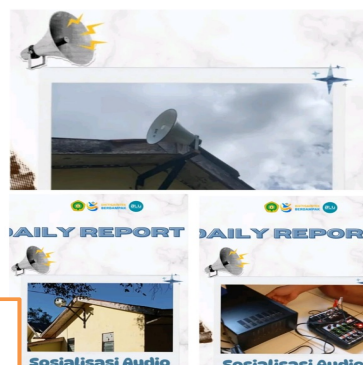
Gambar 1. Analisis Situasi & Pre Test bersama Ibu Balita dan Petugas Desa serta Tenakes di Polindes Desa Oinlasi Kec. Molo Selatan. Kabupaten TTS

2. Tahap kedua, melakukan pendekatan dengan pihak masyarakat dan pemerintah desa dalam memutuskan bentuk solusi terhadap permasalahan dilapangan.



Gambar 2. Rembuk bersama Pemerintah Kabupaten dan Desa Oinlasi terkait Bentuk Inovasi Solusi Masalah Sosial di Lapangan

3. Tahap Ketiga, Melaksanakan Inovasi RUKOM STUNTING
 - A. Hasil Eksekusi Inovasi Komunikasi, Informasi Edukasi Digital Elektronik (Gambar 3).



Gambar 3. Inovasi KIE Digital Elektronik

B. Hasil Eksekusi Inovasi Pojok Literasi



Gambar 4. Inovasi Pojok Literasi

C. Hasil Eksekusi Inovasi Kebun Gizi



Gambar 5. Inovasi Kebun Gizi

4. Tahap Keempat, Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan untuk mendapatkan respon balik dari semua inovasi yang telah dikerjakan. Adapun hasil evaluasi dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 6-7. Hasil Ansit dan Evaluasi Akhir Pelaksanaan Inovasi RUKOM STUNTING

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting merupakan masalah sosial yang sangat mengganggu perikehidupan masyarakat Propinsi Nusa Tenggara Timur (NTT). Pemerintah pusat sampai kabupaten kota telah melakukan berbagai upaya untuk proses percepatan penurunan masalah stunting, namun trend penurunannya masih sangat lambat (Intje Picauly, 2023; Picauly et al., 2023). Oleh karena itu, dibutuhkan kerjasama berbagai lintas sektor. Semua sektor dilibatkan dengan berbagai metode pendekatan yang dikenal dengan model multihelix bertujuan melaksanakan proses percepatan penurunan stunting secara bersama-sama atau konvergensi. Sebagai wilayah yang bercirikan lahan kering dan kepulauan, maka kegiatan yang diusulkan untuk mendukung upaya percepatan penurunan stunting adalah dengan Strategi Optimalisasi Peran Multihelix dalam mendukung Pertumbuhan Green And Blue Economy Keluarga Berisiko Stunting.

Prevalensi stunting di NTT sebesar 37.9% di tahun 2023 kemudian menurun menjadi 37% pada tahun 2024. Walaupun demikian, angka prevalensi ini masih jauh lebih tinggi dari cut of point kesehatan Indonesia 10% dan WHO 20%. Desa Oinlasi Kecamatan Molo Selatan-Kabupaten Timor Tengah Selatan dipilih untuk menjadi lokus kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan pertimbangan prevalensi stunting per bulan Maret 2025 sebesar 50,2% yang sebelumnya sebesar 32,4% ditahun 2024. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingginya persentasi tersebut dipengaruhi oleh banyak factor. Adapun factor-faktor tersebut meliputi : pengetahuan ibu balita akibat rendahnya literasi terkait stunting, kekurangan asupan gizi, kebersihan diri dan lingkungan, keterbatasan air bersih, dan adanya factor kemiskinan. Sampai saat ini, langkah penanggulangan masalah stunting masih bersifat parsial sehingga persentasi penurunan masih sangat lambat. Oleh karena itu, inovasi RUKOM Stunting merupakan salah satu inovasi yang akan memfokuskan : 1). Proses komunikasi informasi dan promosi untuk mencapai perubahan perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) terkait stunting, 2). Kemandirian pangan dan gizi ditingkat keluarga berisiko stunting melalui inovasi Dapur Sehat, dan 3). Mendukung literasi ekosistem terkait gizi, pangan dan kesehatan keluarga berisiko stunting.

Tingkat pengetahuan atau Pendidikan non formal tidak selamanya dipengaruhi oleh tingkat Pendidikan formal. Banyak hasil penelitian yang membuktikan bahwa tingkat pendidikan ibu keluarga tidak berpengaruh terhadap gizi seimbang dan kejadian masalah gizi termasuk stunting (Indrayani et al., 2023; Kemenkes RI, 2019). Hasil yang ditemukan adalah pengetahuan dan sikap mereka masih dibawah 72% (Gambar 6). Hasil analisis situasi merekomendasikan beberapa kegiatan PkM selanjutnya yaitu membuat Pusat Edukasi Digital Elektronik dan Pusat Literasi Pangan, gizi dan Kesehatan (Gambar 3). Untuk menjawab aspek kemandirian pangan maka dilakukan Kebun Gizi dengan tema Kolam Ikan terintegrasi dengan kebun sayur hidroponik. Hal ini sesuai dengan hasil ansit atau survei awal bahwa lokasi

tersebut mengalami keterbatasan dari sumber air bersih. Berikut adalah disain dan bentuk inovasi yang dikerjakan.

Penilaian dampak kegiatan inovasi yang dikerjakan melalui post tes yang menggunakan instrument yang sama sewaktu pretes. Hasil akhir yang kami dapatkan setelah melaksanakan inovasi selama kurang lebih 60 hari di desa lokus ditemukan bahwa :

1. Terjadi peningkatan pengetahuan kelompok responden (ibu balita sebanyak 20-30%) menjadi 90-100%.
2. Terjadi peningkatan minat baca pengunjung polindes di pojok literasi
3. Terjadi peningkatan jenis pangan alternative pada menu PMT Desa
4. Terjadi peningkatan pendapatan kas TP PKK

Berdasarkan hasil yang ada, diketahui bahwa dampak dari penyuluhan dan pojok literasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita di daerah lokus stunting (wilayah fokus penanganan stunting) sangat signifikan dan positif. Kedua intervensi ini adalah strategi kunci dalam upaya pencegahan stunting karena pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi praktik pengasuhan dan pemberian gizi anak.

1. Dampak Penyuluhan (Edukasi Langsung)

Penyuluhan (edukasi gizi) yang dilakukan secara langsung oleh melalui alat penyuluhan digital dan elektronik secara kontinu dalam sehari sebanyak tiga (3) kali dengan variasi materi terbukti efektif dalam mentransfer informasi penting yang akan mengubah perilaku ibu balita dan masyarakat secara umum. Hasil penelitian menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan yang terukur dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai stunting secara signifikan (sering kali dibuktikan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test).

Materi yang disampaikan meliputi : 1). Pengertian Stunting : Pemahaman bahwa stunting bukan hanya masalah perawakan pendek, tetapi dampak permanen pada perkembangan otak dan fisik; 2). Periode Kritis 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) : Pengetahuan tentang pentingnya masa kehamilan hingga usia anak 2 tahun sebagai periode emas yang menentukan; 3). Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) : Pengetahuan tentang kapan waktu yang tepat untuk memberikan Makanan Pendamping ASI (MPASI), jenis makanan yang bergizi, dan porsi yang sesuai; dan 4). Sanitasi dan Kebersihan : Pemahaman tentang hubungan antara kebersihan lingkungan, air bersih, dan pencegahan penyakit infeksi yang dapat memicu stunting.

2. Perubahan Perilaku (Sikap dan Praktik)

Peningkatan pengetahuan yang didapat dari penyuluhan sering kali menjadi fondasi bagi perubahan sikap dan praktik (perilaku) ibu balita. Ibu balita yang tahu akan lebih termotivasi untuk : 1). Memberikan ASI Eksklusif selama 6 bulan; 2). Menyusun menu MPASI yang bervariasi dan bergizi seimbang; dan 3). Rutin membawa balita ke Posyandu untuk pemantauan tumbuh kembang (Kurnia et al., 2018).

3. Dampak Pojok Literasi (Akses Informasi Mandiri)

Pojok Literasi adalah fasilitas yang menyediakan berbagai media informasi (seperti booklet, leaflet, poster, komik, atau bahkan akses digital) yang berkaitan dengan kesehatan, gizi, dan stunting di lokasi yang mudah dijangkau, seperti Posyandu, Puskesmas, atau Balai Desa.

3.1. Peningkatan Literasi Gizi (Nutrition Literacy)

Keberadaan pojok literasi secara langsung memengaruhi Literasi Gizi ibu, yaitu kemampuan ibu untuk mencari, memahami, mengevaluasi, dan menggunakan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari (Picauly, 2021).

- Aksesibilitas dan Repetisi : Pojok literasi memungkinkan ibu untuk mengakses informasi secara mandiri dan berulang kali sesuai dengan waktu luangnya. Informasi yang berulang akan lebih mudah diserap dan diingat.
- Materi yang Menarik : Penyediaan materi dalam berbagai bentuk (visual, tulisan, dan digital) dengan bahasa yang sederhana dan sesuai konteks lokal membantu ibu memahami konsep yang kompleks menjadi lebih mudah. Misalnya, buku saku atau booklet tentang resep MPASI lokal terbukti efektif.

3.2. Mendorong Diskusi dan Keterlibatan

Pojok literasi sering menjadi tempat berkumpulnya ibu-ibu, yang secara tidak langsung mendorong diskusi dan saling berbagi pengetahuan antar sesama ibu. Hal ini menciptakan lingkungan sosial yang mendukung praktik pengasuhan yang lebih baik di dalam komunitas. Ibu yang memiliki tingkat literasi lebih tinggi dapat menjadi agen perubahan bagi ibu-ibu lainnya. Hal ini berarti bahwa di daerah lokus stunting, di mana tingkat pengetahuan ibu cenderung rendah, kombinasi antara Penyuluhan (sebagai intervensi utama untuk transfer ilmu) dan Pojok Literasi (sebagai penguatan dan pengingat yang berkelanjutan) menciptakan ekosistem pembelajaran yang komprehensif (Picauly, 2021; Ratu et al., 2020).

Kedua intervensi ini bekerja untuk mengubah pengetahuan menjadi kesadaran, yang pada akhirnya menjadi dasar bagi perubahan perilaku permanen ibu dalam pencegahan stunting. Ibu dengan pengetahuan yang memadai akan mengambil keputusan yang tepat terkait gizi, kesehatan, dan pengasuhan anak, sehingga memutus mata rantai masalah stunting.

➤ Dampak Kebun Gizi terhadap Gizi dan Ekonomi Keluarga

Kebun Gizi, atau pemanfaatan lahan pekarangan rumah tangga untuk menanam aneka sayuran, buah, dan Tanaman Obat Keluarga (TOGA), memiliki dampak ganda yang sangat positif, baik terhadap aspek gizi (kesehatan) maupun aspek ekonomi keluarga.

1. Dampak terhadap Gizi Keluarga (Kesehatan)

Kebun Gizi adalah strategi efektif berbasis komunitas untuk meningkatkan status gizi, terutama dalam konteks pencegahan stunting. Dampak utamanya adalah :

- Peningkatan Akses dan Keragaman Pangan (Food Diversity) (Sodikin, 2004)

1. Ketersediaan Pangan Segar Lokal : Kebun Gizi memastikan keluarga memiliki akses instan dan berkelanjutan terhadap sumber sayuran dan buah-buahan segar yang kaya vitamin, mineral, dan serat, seperti bayam, kangkung, tomat, cabai, atau aneka bumbu.
2. Keragaman Diet : Keberadaan berbagai jenis tanaman di pekarangan secara langsung meningkatkan keragaman pangan yang dikonsumsi keluarga sehari-hari. Peningkatan keragaman diet ini berkorelasi kuat dengan penilaian status gizi yang lebih normal pada balita, karena asupan zat gizi esensial lebih lengkap dan seimbang.
3. Keamanan Pangan Terjamin : Hasil panen kebun sendiri cenderung lebih aman (aman dari pestisida berlebih) dan berkualitas dibandingkan produk yang dibeli di pasar.

➤ Intervensi Langsung Pencegahan Stunting (Dinas Kesehatan Nusa Tenggara Timur, 2019)

1. Kebun Gizi membantu mengatasi masalah kekurangan gizi kronis dan kekurangan zat gizi mikro pada balita dan ibu hamil, yang merupakan akar masalah stunting.
2. Fokus 1000 HPK : Ibu hamil dan ibu balita dapat memetik bahan pangan bergizi tinggi kapan saja, sehingga mempermudah pemenuhan kebutuhan gizi pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).
3. Dampak terhadap Ekonomi Keluarga

Kebun Gizi memberikan kontribusi finansial yang signifikan bagi rumah tangga, terutama bagi kelompok berpenghasilan rendah (Fitria, 2013; WRI, 2023).

➤ Penghematan Anggaran Belanja Pangan

1. Mengurangi Pengeluaran Rutin : Dampak ekonomi yang paling terasa adalah penghematan. Keluarga tidak perlu lagi membeli sayur-sayuran dan bumbu dapur untuk kebutuhan harian. Penelitian menunjukkan bahwa penghematan anggaran belanja rumah tangga bisa mencapai puluhan ribu hingga lebih dari seratus ribu rupiah per bulan.
2. Anggaran Dialihkan : Dana yang tadinya digunakan untuk membeli sayur dan bumbu dapat dialokasikan untuk membeli sumber protein hewani yang lebih mahal (seperti telur, ikan, atau daging) yang sangat penting untuk pertumbuhan balita, atau untuk kebutuhan penting lainnya.

➤ Sumber Pendapatan Tambahan

1. Hasil Penjualan : Jika hasil kebun melimpah, keluarga atau Kelompok Wanita Tani (KWT) dapat menjual surplus panen tersebut ke pasar atau tetangga.
2. Kemandirian Ekonomi : Kegiatan Kebun Gizi, terutama yang dikelola secara kolektif (Kelompok Tani atau KWT), berpotensi menjadi usaha mikro yang mandiri secara ekonomi, memberikan pendapatan tambahan yang dapat meningkatkan kesejahteraan dan ketahanan ekonomi rumah tangga.

Secara keseluruhan, Kebun Gizi berfungsi sebagai pilar penting dalam mewujudkan Kemandirian Pangan Rumah Tangga dan secara simultan meningkatkan Kualitas Gizi Keluarga melalui praktik pengasuhan yang mandiri dan berkelanjutan. Kebun Gizi berdampak pada peningkatan kualitas hidup masyarakat. Dengan adanya peningkatan pendapatan,

pengetahuan yang lebih baik tentang gizi, dan akses yang lebih baik terhadap pangan yang beragam, masyarakat dapat menikmati kehidupan yang lebih sehat dan sejahtera. Inovasi RUKOM STUNTING juga menciptakan jaringan antara petani, pengolah, dan konsumen, yang dapat memperkuat komunitas dan menciptakan solidaritas sosial.

KESIMPULAN

Dari analisis di atas, jelas bahwa inovasi RUKOM STUNTING memiliki dampak yang luas dan mendalam. Dampak tersebut tidak hanya terbatas pada aspek ekonomi, tetapi juga mencakup peningkatan pengetahuan, ketahanan pangan, pelestarian budaya, dan peningkatan kualitas hidup. Oleh karena itu, penting bagi pemerintah dan lembaga terkait untuk terus mendukung dan mengembangkan program pelatihan semacam ini, agar masyarakat dapat memanfaatkan potensi lokal secara optimal dan berkontribusi pada pembangunan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat (PKM) mengucapkan limpah terimakasih kepada Dekan Fakultas Pertanian Universitas Nusa Cendana dan Lembaga Pengabdian pada Masyarakat dan Penelitian Undana yang telah membantu dalam hal pendanaan sehingga proses pelaksanaan pengabdian ini dapat berjalan dengan lancar seperti yang kita harapkan. Selain itu, ucapan terimakasih yang sama kami sampaikan kepada kepala Desa Oinlasi, Kecamatan Molo Selatan Kabupaten TTS Propinsi NTT yang telah mendukung dan meluangkan waktunya untuk kelancaran proses pelaksanaan pengabdian ini sampai dengan selesai seperti yang diharapkan

DAFTAR PUSTAKA

- Asiva Noor Rachmayani. (2015). *Laporan Skematik Indonesia 2023*.
- BPS. (2018). *Persentase Rumah Tangga yang Memiliki Akses terhadap Layanan Sanitasi Layak*.
- Dinas Kesehatan Nusa Tenggara Timur. (2019). Rencana strategis dinas kesehatan provinsi Nusa Tenggara Timur tahun 2019-2023. *RENSTRA Dinas Kesehatan Provinsi NTT*, i–208. <https://e-renggar.kemkes.go.id/file2018/e-performance/1-249007-2tahunan-292.pdf>
- Fitria. (2013). Status Gizi faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Inayaht, N., & Al Imam, M. A. (2021). Konsep Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat. *Universitas Islam Negeri Makassar*, 1885, 5–24. <http://dx.doi.org/10.31219/osf.io/8zbku>
- Indrayani, T., Siauta, J. A., & Apriliani, S. E. (2023). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pencegahan Kejadian Stunting. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(3), 937–944. <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i3.1056>
- Intje Picauly. (2023). Stunting dalam Bingkai Kesehatan Ibu dan Anak (Edisi Revisi). In

- Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Dua (2) Ed). Penerbit Amerta Media.
- Kemkes RI. (2019). *Petunjuk Teknis Pendidikan Gizi dalam Pemberian Makanan Tambahan Lokal bagi Ibu Hamil dan Balita*.
- Kemkes RI. (2023). Stunting di Indonesia dan Faktor Determinan. *Laporan Tematik SKI 2023, Bab 4*, 45–65.
- Kurnia, M., Ratu, D., Picauly, I., & Landi, S. (2018). *Relationships Mother's Knowledge About Nutrition, History Of Infection And Personal Hygiene Disease With Pregnant Women Consumption Patterns In Stunting Locations North Central Timor District*. 1070–1080.
- P2PTM Kemkes RI. (2018). Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi - Direktorat P2PTM. In *Kemkes.Go.Id*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/subdit-penyakit-diabetes-melitus-dan-gangguan-metabolik/cegah-stunting-dengan-perbaikan-pola-makan-pola-asuh-dan-sanitasi>
- Picauly, I. (2021). Pengaruh Pelaksanaan Aksi Konvergensi Stunting Terhadap Cakupan Program Intervensi Gizi Sensitif Di Propinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Pangan Gizi Dan Kesehatan*, 10(2), 71–85. <https://doi.org/10.51556/ejpazih.v10i2.156>
- Picauly, I., Adi, A. A. A. M., Meiyetiani, E., Mading, M., Weraman, P., Nashriyah, S. F., Hidayat, A. T., Boeky, D. L. A., Lobo, V., Saleh, A., & Peni, J. A. (2023). Path analysis model for preventing stunting in dryland area island East Nusa Tenggara Province, Indonesia. *PloS One*, 18(11), e0293797. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0293797>
- Ratu, M., Picauly, I., & Landi, S. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi, Riwayat Penyakit Infeksi Dan Personal Hygiene Dengan Pola Konsumsi Ibu Hamil Di Daerah Lokus Stunting Kabupaten Timor Tengah Utara. *Jurnal Pangan Gizi Dan Kesehatan*, 9(2), 1070–1080. <https://doi.org/10.51556/ejpazih.v9i2.76>
- Sodikin, E. (2004). Kompilasi Modul Pelatihan Sistem Usahatani Terpadu (Integrated Farming System). *South Sumatera Forest Fire Management Project*, 2837.
- WRI, I. (2023). Seri Buklet Berpikir Sistem untuk Sistem Pangan Berkelanjutan: Pola Makan Sehat. *The Food and Land Use Coalition*.
- Zahrawani, T. F., Nurhayati, E., & Fadillah, Y. (2022). Hubungan Kondisi Jamban Dengan Kejadian Stunting Di Puskesmas Cicalengka Tahun 2020. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 4(1), 1–5. <https://doi.org/10.29313/jiks.v4i1.7770>