

PROGRAM CETING MBAH SALIMAH SEBAGAI
UPAYA KETAHANAN PANGAN UNTUK PENCEGAHAN STUNTING
DI KELUARGA KECAMATAN RANCAEKEK

Citra Windani Mambang Sari^{1*}, Hartiah Haroen², Nina Sumarni³, Witdiawati⁴

¹⁻⁴Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Email Korespondensi: citra.windani@unpad.ac.id

Disubmit: 13 Mei 2024

Diterima: 27 Juli 2024

Diterbitkan: 01 Agustus 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i8.15203>

ABSTRAK

Ketahanan pangan adalah dengan memiliki akses yang cukup terhadap pangan yang bergizi dan bervariasi. Sebuah keluarga dapat memenuhi kebutuhan nutrisi setiap anggotanya, memastikan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit. Ketahanan pangan sebuah keluarga merupakan suatu upaya pencegahan stunting di keluarga. CETING MBAH SALIMAH, Cegah Stunting dengan menanam Buah dan Sayur di Lingkungan Rumah dilaksanakan di Desa Sukamulya dengan metode workshop yang dihadiri 39 keluarga. Nilai pelaksanaan post-test untuk penyampaian materi tentang penanaman buah dan sayuran membuahkan hasil, menunjukkan bahwa peserta lebih memahami materi tentang penanaman buah dan sayur, dengan peningkatan pemahaman sebesar 22,57 % dari 51,28 menjadi 73,85. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa kegiatan dilakukan dengan lancar dan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang konsep penanaman dengan media tanah. Program ini diharapkan dapat berlanjut dengan melanjutkan inovasi dengan fokus pada bercocok tanam yang sederhana sebagai upaya pencegahan stunting di keluarga.

Kata Kunci: Program Ceting, Ketahanan Pangan, Stunting

ABSTRACT

Food security is having sufficient access to nutritious and varied food. A family can meet the nutritional needs of each member, ensure optimal growth and development, and increase the body's resistance to disease. A family's food security is an effort to prevent stunting in the family. CETING MBAH SALIMAH, Prevent Stunting by planting Fruits and Vegetables in the Home Environment was implemented in Sukamulya Village with a workshop method attended by 39 families. The value of the implementation of the post-test for the delivery of material on planting fruits and vegetables produced results, showing that participants better understood the material on planting fruits and vegetables, with an increase in understanding by 22.57% from 51.28 to 73.85. These results show that the activities were carried out smoothly and provided a better understanding of the concept of planting with soil media. This program is expected to continue by continuing innovations with a focus on simple farming as an effort to prevent stunting in the family.

Keywords: Ceting Program, Food Security, Stunting

1. PENDAHULUAN

Ketahanan pangan tingkat nasional adalah fondasi vital bagi kestabilan ekonomi, sosial, dan politik suatu negara. Dengan memastikan ketersediaan pangan yang mencukupi bagi seluruh populasi, negara dapat mengurangi risiko konflik sosial yang disebabkan oleh kelaparan dan ketidaksetaraan akses terhadap makanan. Selain itu, ketahanan pangan nasional juga mendukung pertumbuhan ekonomi dengan memungkinkan investasi dan pengembangan sektor pertanian yang berkelanjutan, serta mengurangi ketergantungan pada impor pangan. Dengan kebijakan yang holistik dan berkelanjutan, sebuah negara dapat memastikan bahwa semua warganya memiliki akses yang adil dan berkelanjutan terhadap pangan, menciptakan fondasi yang kokoh untuk pertumbuhan dan stabilitas jangka panjang. Menurut Andi (2017), ketahanan pangan tingkat nasional mencakup ketersediaan pangan dalam jumlah dan kualitas Desa Sukamulya adalah salah satu desa dengan tingkat stunting tinggi di kecamatan Rancaekek, kabupaten Bandung, provinsi Jawa Barat.

Ketahanan pangan bagi sebuah keluarga merupakan fondasi utama untuk memastikan kesejahteraan dan keberlangsungan hidup. Dengan memiliki akses yang cukup terhadap pangan yang bergizi dan bervariasi, sebuah keluarga dapat memenuhi kebutuhan nutrisi setiap anggotanya, memastikan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit. Selain itu, ketahanan pangan juga menciptakan stabilitas ekonomi di dalam rumah tangga dengan mengurangi ketergantungan pada pasokan pangan dari luar dan meminimalkan risiko kelaparan akibat fluktuasi harga pangan di pasar.

Upaya untuk mencapai ketahanan pangan dalam sebuah keluarga melibatkan berbagai strategi, mulai dari membangun kebun sayur di rumah, menyimpan cadangan pangan yang cukup, hingga memperluas pengetahuan tentang cara memasak dan mengolah makanan secara kreatif. Selain itu, kerjasama antar anggota keluarga dalam menentukan kebutuhan pangan, mengatur anggaran belanja dengan bijak, dan memprioritaskan pilihan makanan yang sehat juga sangat penting. Dengan kesadaran akan pentingnya ketahanan pangan dan komitmen untuk mengimplementasikan strategi-strategi tersebut, sebuah keluarga dapat menciptakan lingkungan yang sehat, berkelanjutan, dan penuh kebahagiaan bagi seluruh anggotanya. Untuk mengatasi situasi di desa Sukamulya dengan tingkat stunting yang tinggi, pemberdayaan keluarga menjadi sangat penting. Pendekatan ini melibatkan edukasi tentang gizi, kesehatan, dan praktik pertanian yang berkelanjutan di lahan pekarangan sendiri. Namun, terkadang masih sulit bagi sebagian untuk memenuhi kebutuhan pangan keluarga. komunitas, terutama komunitas yang berpendapatan rendah, terutama di daerah pedesaan. Kekurangan makanan dapat menyebabkan kelaparan, gizi buruk, dan bahkan kematian (Imansari, 2020). Memanfaatkan lahan pekarangan adalah salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan pangan rumah tangga. Menurut Pratiwi, Syahfitri, dan Andesta (2021), pekarangan adalah taman rumah pribadi dengan hubungan yang erat antara manusia, tanaman, dan hewan. Dengan luas yang relatif sempit, pekarangan dapat digunakan untuk menghasilkan berbagai jenis bahan pangan, seperti umbi-umbian, sayuran, buah-buahan, tanaman rempah dan obat, serta bahan pangan hewani seperti unggas, ternak kecil, dan ikan. Pengelolaan pekarangan memiliki banyak keuntungan, antara lain: Melalui pelatihan mengenai pemilihan dan pengolahan makanan bergizi, serta pemanfaatan sumber daya lokal untuk meningkatkan produksi

pangan, keluarga dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk memastikan asupan gizi yang mencukupi bagi anggota keluarga, terutama anak-anak. Selain itu, dukungan dalam hal akses ke layanan kesehatan, sanitasi yang layak, dan pemahaman tentang pentingnya praktik kebersihan juga menjadi bagian penting dari upaya pemberdayaan keluarga dalam mengatasi masalah stunting di tingkat Desa Sukamulya. Menurut Suhendar (2019) dkk, cuci tangan merupakan salah satu perilaku sederhana yang penting untuk diterapkan mejadi kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari dengan melibatkan keluarga secara aktif dalam upaya ini, diharapkan dapat tercipta perubahan yang berkelanjutan dalam peningkatan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat desa. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan masyarakat kemampuan dan pengetahuan yang diperlukan untuk memastikan ketersediaan, aksesibilitas, dan keberlanjutan pangan yang mencukupi.

2. MASALAH

Perencanaan kegiatan pengabdian masyarakat tentang ketahanan pangan tingkat keluarga membutuhkan pendekatan holistik yang memperhatikan berbagai aspek yang memengaruhi kesejahteraan pangan. Tahap awal dalam perencanaan adalah analisis situasi, yang mencakup pemahaman mendalam tentang kondisi ekonomi, sosial, dan lingkungan di masyarakat yang menjadi sasaran. Ini melibatkan identifikasi masalah utama yang dihadapi oleh keluarga terkait ketahanan pangan, seperti keterbatasan akses terhadap sumber daya, kurangnya pengetahuan tentang gizi, atau kendala dalam pengelolaan pangan. Setelah analisis situasi, langkah selanjutnya adalah menyusun rencana kegiatan yang berbasis pada kebutuhan dan aspirasi masyarakat. Rencana ini harus mencakup tujuan jangka pendek dan jangka panjang yang ingin dicapai, serta langkah-langkah konkret yang akan diambil untuk mencapainya. Misalnya, kegiatan dapat meliputi pelatihan tentang praktik pertanian berkelanjutan, penyuluhan tentang gizi dan pola makan seimbang, serta pemberian bantuan teknis atau modal usaha bagi keluarga yang ingin mengembangkan usaha pertanian skala kecil di rumah. Selain itu, penting untuk melibatkan semua pemangku kepentingan yang relevan dalam perencanaan dan implementasi kegiatan, termasuk pemerintah daerah, lembaga swadaya masyarakat, dan kelompok-kelompok petani lokal. Kolaborasi yang kuat antara berbagai pihak dapat meningkatkan efektivitas dan keberlanjutan program, serta memastikan bahwa solusi yang diusulkan benar-benar memenuhi kebutuhan masyarakat. Dengan pendekatan yang berbasis pada partisipasi dan kerjasama, kegiatan pengabdian masyarakat tentang ketahanan pangan tingkat keluarga memiliki potensi besar untuk menciptakan perubahan positif yang signifikan dalam kesejahteraan masyarakat yang dilayani.

3. KAJIAN PUSTAKA

Stunting, yang merupakan masalah pertumbuhan kronis pada anak-anak akibat malnutrisi kronis dan infeksi berulang, sering kali terkait erat dengan masalah ketahanan pangan dalam keluarga. Ketahanan pangan mengacu pada akses yang stabil dan berkelanjutan terhadap makanan yang cukup, aman, bergizi, dan bervariasi, serta kemampuan keluarga untuk memperoleh makanan tersebut dengan cara yang bermartabat.

Ketidakmampuan keluarga untuk memenuhi kebutuhan pangan mereka dapat mengakibatkan defisiensi gizi, termasuk stunting pada anak-anak (Kalwij, Ardington C, (2018) dan Rah JH, Akhter N, Semba RD, et al, 2019). Selanjutnya faktor-faktor yang mempengaruhi hubungan antara stunting dan ketahanan pangan dalam keluarga meliputi: Ketersediaan makanan: Ketika keluarga tidak memiliki akses yang cukup terhadap makanan yang bergizi, anak-anak berisiko mengalami defisiensi gizi yang dapat menyebabkan stunting, selain itu infeksi cacing berulang pada anak bisa berujung pada kegagalan pertumbuhan atau stunting (Setiaputri, 2018).

Ketersediaan makanan bergizi: Ketersediaan makanan yang sehat dan bergizi dalam keluarga sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak-anak yang optimal. Kualitas Makanan: Kualitas makanan yang dikonsumsi oleh anggota keluarga juga penting. Makanan yang rendah gizi atau tidak seimbang dalam nutrisi dapat meningkatkan risiko stunting pada anak-anak. Akses Ekonomi: Ketahanan pangan sering kali terkait dengan faktor ekonomi. Keluarga dengan akses terbatas terhadap sumber daya ekonomi mungkin tidak mampu membeli makanan yang sehat dan bergizi secara teratur. Pola makanan dan praktik pemberian makanan: Praktik pemberian makanan yang buruk atau kurangnya kebiasaan makan yang sehat dalam keluarga juga dapat berkontribusi pada stunting pada anak-anak. Masalah - masalah kesehatan yang sering terjadi pada anak usia sekolah dasar adalah penyakit yang berhubungan dengan kebersihan diri anak dan lingkungan seperti gosok gigi yang baik dan benar, kebiasaan cuci tangan pakai sabun, dan kebersihan diri, Putri & Suri, M. (2022). Peningkatan ketahanan pangan dalam keluarga melalui program-program yang mempromosikan akses yang lebih baik terhadap makanan bergizi, pendidikan gizi, dan pemberdayaan ekonomi dapat membantu mengurangi tingkat stunting pada anak-anak. Ini memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan pemerintah, organisasi masyarakat, dan lembaga internasional untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan. Penanaman buah dan sayuran di rumah dapat menjadi solusi yang efektif untuk meningkatkan ketahanan pangan keluarga. Berikut adalah beberapa cara di mana penanaman sayuran dan buah dapat berkontribusi terhadap ketahanan pangan keluarga diantaranya: Produksi makanan sendiri: Dengan menanam sayuran di rumah, keluarga dapat memproduksi makanan sendiri tanpa tergantung pada pasokan dari luar. Ini dapat meningkatkan kemandirian pangan keluarga dan mengurangi ketergantungan pada pasar.

Akses kepada makanan segar: memungkinkan keluarga untuk menanam sayuran segar sepanjang tahun, bahkan di dalam ruangan. Ini berarti keluarga memiliki akses terhadap makanan yang segar dan berkualitas setiap saat, yang penting untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan mereka. Peningkatan Gizi: Sayuran yang ditanam secara organik cenderung lebih kaya akan nutrisi karena mereka tumbuh dalam lingkungan yang terkontrol dengan baik. Dengan meningkatkan konsumsi sayuran yang kaya akan vitamin dan mineral, keluarga dapat meningkatkan kesehatan dan kualitas nutrisi mereka. Efisiensi penggunaan sumber daya, pencegahan stunting, dengan menerapkan perilaku bersih dan sehat, menjaga asupan gizi dengan memperkaya protein hewani, minum Tablet Tambah Darah dan rutin melakukan pemeriksaan ke fasilitas kesehatan terdekat.: Metode pemanfaatan pekarangan rumah untuk tanaman buah dan sayur yang memungkinkan penggunaan air yang lebih efisien daripada pertanian konvensional. Ini berarti keluarga dapat menanam sayuran dengan lebih

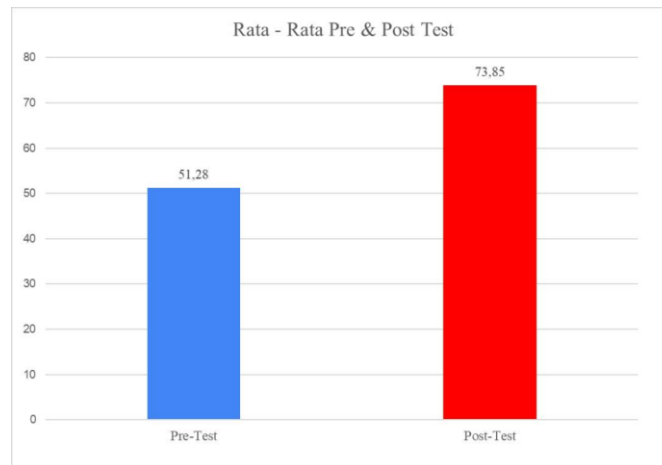
sedikit air, yang penting dalam lingkungan dengan keterbatasan air atau ketika sumber daya air terbatas. Hemat ruang: Penanaman melalui pemanfaatan pekarangan rumah yang dapat dilakukan di ruang terbatas, bahkan di dalam ruangan. Ini cocok untuk rumah tangga yang tinggal di perkotaan atau memiliki ruang terbatas di halaman belakang mereka. Dengan demikian, penanaman tersebut memungkinkan keluarga untuk menghasilkan makanan mereka sendiri bahkan dalam lingkungan perkotaan. Dengan mempraktikkan penanaman sayuran di rumah, keluarga dapat meningkatkan kemandirian pangan mereka, meningkatkan kualitas nutrisi makanan yang mereka konsumsi, dan mengurangi dampak lingkungan dari pertanian konvensional. Ini semua dapat berkontribusi pada meningkatnya ketahanan pangan keluarga secara keseluruhan.

4. METODE

Acara CETING MBAH SALIMAH, Cegah Stunting dengan menanam Buah dan Sayur di Lingkungan Rumah” Keluarga Kuat, Anak Sehat diadakan pada waktu dan tempat yang telah ditentukan. Sebelumnya dilakukan pre test. Peserta dibagi menjadi lima kelompok, dengan fasilitator memberikan mentor kepada masing-masing kelompok. Teknik ini digunakan selama sesi workshop. Kegiatan ini dilakukan melalui workshop yang dilakukan secara luring di balai Desa Sukamulya. Penerapan metode workshop merupakan strategi yang efektif dalam pelaksanaan kegiatan pemberdayaan keluarga untuk peningkatan ketahanan pangan dan penurunan stunting. Dalam workshop ini, keluarga dapat diajak untuk berpartisipasi aktif dalam sesi-sesi pelatihan yang berfokus pada pengetahuan dan keterampilan terkait gizi, pertanian, dan pengelolaan pangan. Meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kemauan masyarakat agar hidup sehat, serta meningkatkan peran aktif masyarakat termasuk swasta dan dunia usaha, dalam upaya mewujudkan derajat hidup yang optimal (PHBS, 2011). Para peserta dapat belajar mengenai pentingnya makanan bergizi dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, serta teknik-teknik budidaya tanaman yang kaya akan nutrisi.

Selain itu, mereka juga dapat memperoleh informasi mengenai cara memanfaatkan lahan sempit di sekitar rumah untuk bercocok tanam, sehingga meningkatkan ketersediaan pangan yang berkualitas bagi keluarga. Selain itu, workshop juga dapat menjadi forum bagi keluarga untuk berbagi pengalaman dan mendiskusikan tantangan yang mereka hadapi dalam memastikan ketahanan pangan keluarga serta mengatasi masalah stunting. Melalui diskusi kelompok dan kegiatan interaktif lainnya, mereka dapat saling mendukung dan memotivasi satu sama lain untuk menerapkan praktik-praktik gizi yang sehat dan berkelanjutan di rumah mereka. Dengan demikian, workshop tidak hanya memberikan pengetahuan baru kepada keluarga, tetapi juga membangun kesadaran kolektif dan keterlibatan aktif dalam upaya bersama untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga serta mengurangi angka stunting di komunitas mereka.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Hasil pre test dan post test tentang pengetahuan penanaman buah dan sayur

Target peserta kegiatan CETING MBAH SALIMAH, Cegah Stunting dengan Menanam Buah dan Sayuran di Pekarangan Rumah adalah 50 peserta dari kader posyandu Desa Sukamulya; 39 orang hadir pada hari itu, lebih dari target, dan mereka sangat antusias. Dari hasil perolehan nilai pre-test, rata-rata peserta memperoleh 51,28, yang menunjukkan bahwa mereka memahami setengah dari pertanyaan pre-test. Selanjutnya, hasil post-test kemudian menunjukkan nilai 73,85. Nilai pelaksanaan post-test untuk penyampaian materi tentang penanaman buah dan sayuran membuahkan hasil, menunjukkan bahwa peserta lebih memahami materi tentang penanaman buah dan sayur, dengan peningkatan pemahaman sebesar 22,57 % dari 51,28 menjadi 73,85. Ini menunjukkan bahwa peserta akan lebih siap untuk mulai bercocok tanam dengan cara media tanah. pembelajaran siswa menunjukkan bahwa rata-rata peserta memahami setengah dari pertanyaan pembelajaran. Hasil evaluasi pre-test dan post-test menunjukkan bahwa kegiatan dilakukan dengan lancar dan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang konsep penanaman dengan media tanah kepada audiens.

6. KESIMPULAN

Ketahanan pangan keluarga adalah kemampuan keluarga untuk bertahan dan memiliki sumber daya yang cukup untuk memenuhi kebutuhan pangan seluruh anggota keluarga. Ketahanan pangan akan berpengaruh secara langsung dengan status gizi balita dan anak-anak karena akan berkaitan dengan kemampuan untuk menyediakan makanan yang bergizi dan cukup bagi mereka. Akan tetapi, tidak semua keluarga dapat memiliki sumber dana dan resources yang lain untuk bisa memiliki ketahanan pangan. Oleh sebab itu, inovasi dengan menggunakan teknologi yang mudah dan murah, seperti menanam sayuran dan buah dengan metode pemanfaatan pekarangan sekitar rumah, diharapkan dapat meningkatkan keluarga untuk memiliki ketahanan pangan yang baik. Dengan demikian balita dan semua anggota keluarga mendapat gizi yang cukup dan pada akhirnya balita terhindar dari stunting.

Saran

Rekomendasi terus menerus tentang program pencegahan stunting yang berfokus pada ketahanan pangan seperti CETING MBAH SALIMAH, Cegah Stunting dengan Menanam Buah dan Sayuran di Pekarangan Rumah, dan melanjutkan inovasi dengan fokus pada bercocok tanam yang sederhana dan lebih efektif seperti penanaman buah dan sayur dengan media tanam. Ada kemungkinan untuk melakukan evaluasi tentang kondisi dan kebiasaan masyarakat Desa Sukamulya. Selain itu, harus dilakukan survei kepada warga Desa Sukamulya mengenai langkah-langkah apa yang dapat dilakukan untuk meningkatkan ketahanan pangan. Hasil survei ini akan memungkinkan untuk memprioritaskan kegiatan yang akan dilakukan dan lebih memfokuskan pada target sasaran.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Hotez, P., & Aksoy, S. (2017). PLOS Neglected Tropical Diseases: Ten years of progress in neglected tropical disease control and elimination ... More or less. *PLOS Neglected Tropical Diseases*, 11(4), e0005355. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PNTD.0005355>
- IDAI: Waspadai kecacingan penyebab stunting pada anak - ANTARA News. (n.d.).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia 2022*. 1-7.
- Kementerian Pendidikan Nasional. (n.d.). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring*.
- Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Kementerian Kesehatan RI (2011).
- Putri, V. S., & Suri, M. (2022). Pentingnya Kesehatan Gigi dan Mulut pada Anak Usia
- Rah JH, Akhter N, Semba RD, et al. (2019). Household Food Insecurity and Nutritional Status of Children Aged 6 to 59 Months in Low- and Middle-Income Countries: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Nutritional Reviews*. DOI: 10.1093/nutrit/nuz049
- Suhendar, I., & Witdiawati, W. (2019). Edukasi Kebiasaan Cuci Tangan pada Anak Sekolah sebagai Upaya Menurunkan Resiko Diare. *Media Karya Kesehatan*, 2(2).
- Sekolah di RT 10 Kelurahan Murni Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(1), 39. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i1.207>
- Sanjaya, A. A. (2019). Menyikat Gigi Tindakan Utama Untuk Kesehatan Gigi. *Jurnal Skala Husada*, 10(2), 194-199.
- Setiaputri, K. A. (2018). *Benarkah Cacingan Bisa Menyebabkan Stunting Pada Anak?* <https://dp3appkb.bantulkab.go.id/news/benarkah-cacingan-bisa-menyebabkan-stunting-pada-anak>
- Steckler, A., Allegrante, J. P., Altman, D., Brown, R., Burdine, J. N., Goodman, R. M., &
- Yunus, M. (1978). *Pokok-Pokok Pendidikan dan Pengajaran*. Hidakarya Agung.
- Kalwij JM, Ardington C. (2018). Household Food Insecurity and Childhood Stunting in sub-Saharan Africa: Evidence from Botswana. *Economics & Human Biology*. DOI: 10.1016/j.ehb.2018.06.002