

## PEMBERIAN SARI KURMA PADA BALITA STUNTING SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN STATUS GIZI

Nurwinda Saputri<sup>1</sup>, Andri Yulianto<sup>2</sup>, Yeti Septiasari<sup>3</sup>, Dzul Istiqomah Hasyim<sup>4</sup>  
<sup>1234</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Email : [nurwindasaputri17@gmail.com](mailto:nurwindasaputri17@gmail.com)

**Abstrak : Pemberian Sari Kurma Pada Balita Stunting Sebagai Upaya Peningkatan Status Gizi.** Anak merupakan generasi penerus bangsa sebagai Sumber Daya Manusia. Kualitas anak dipengaruhi oleh cara Negara dalam mempertahankan generasi. Adapun upaya untuk peningkatan kualitas SDM ini dengan terpenuhinya kebutuhan dasar manusia dengan memperhatikan tumbuh kembang anak. Tingginya angka kejadian stunting menjadi perhatian pemerintah. Beberapa penyebab stunting itu sendiri adalah kurangnya asupan yang diserap oleh tubuh mulai dari masih didalam kandungan sampai dengan setelah lahir, kurangnya akses ke pelayanan kesehatan, kurangnya akses air bersih dan sanitasi. Keanekaragaman makanan yang tersedia adalah sumber zat gizi bagi tubuh manusia guna melaksanakan peran dan fungsinya yang juga merupakan salah satu cara memperbaiki kondisi Stunting pada anak. Buah kurma termasuk golongan buah-buahan yang satu satuan penerapannya mengandung 50 kalori, 10gram protein dan 12gram karbohidrat. Kegiatan dilakukan dengan pretest, pengukuran status gizi. Penyampaian materi, Posttest, pemberian sari kurma, monitoring dan evaluasi. Kegiatan ini dilakukan secara *door to door*. Kemampuan ini kita lihat dari hasil pre dan post test yang dilakukan, dan dapat dikatakan Baik, penyampaian materi dengan metode ceramah dan demonstrasi mendukung kemampuan peserta dalam menguasai materi yang disampaikan oleh Tim Pengabdian.

**Kata Kunci :** sari kurma, stunting, status gizi

### Pendahuluan

Anak merupakan generasi penerus bangsa sebagai Sumber Daya Manusia. Kualitas anak dipengaruhi oleh cara Negara dalam mempertahankan generasi. Adapun upaya untuk peningkatan kualitas SDM ini dengan terpenuhinya kebutuhan dasar manusia dengan memperhatikan tumbuh kembang anak. (Fauzi & Falah, 2020). Masalah gizi yang terjadi pada anak usia Pra Sekolah/Sekolah masih menjadi topik yang dibicarakan, baik tingkat nasional maupun internasional. Permasalahan gizi ini salah satu kejadian yang meningkatkan kejadian stunting dalam setiap wilayah di Indonesia yang berdampak jangka panjang untuk anak. (Neolaka, 2019) *Stunting* adalah kondisi dimana adanya kegagalan tumbuh pada anak balita (bayi dibawah lima tahun) karena kekurangan gizi kronis yang membuat anak terlalu pendek untuk seusianya. (Yuliana et al., 2019)

Keadaan stunting ini ditunjukkan dengan nilai z-score tinggi badan menurut usia (indeks TB/U) <-2 SD berdasarkan standar WHO. (Aritonang et al., 2020) Di Indonesia kejadian stunting pada balita masih tinggi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Republik Indonesia tahun 2018 menunjukkan sekitar 30,8% balita mengalami stunting. Angka ini menjadikan stunting di Indonesia sebagai masalah berat karena rekomendasi WHO untuk kejadian stunting pada anak ialah kurang dari 20%, apabila prevalensi stunting sebesar 30- 39% maka dikategorikan dalam masalah berat. (Badan Pusat Statistik, 2018)

Tingginya angka kejadian stunting menjadi perhatian pemerintah. Beberapa penyebab stunting itu sendiri adalah kurangnya asupan yang diserap oleh tubuh mulai dari masih didalam kandungan sampai dengan setelah lahir, kurangnya akses ke pelayanan kesehatan, kurangnya akses air bersih dan sanitasi. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya pencegahan stunting dengan perbaikan pola makan, pola asuh dan sanitasi. (Laili & Andriani, 2019)

Keanekaragaman makanan yang tersedia adalah sumber zat gizi bagi tubuh manusia guna melaksanakan peran dan fungsinya yang juga merupakan salah satu cara memperbaiki kondisi Stunting pada anak. Pemberian makanan tambahan ini tentunya dapat membantu dalam pemenuhan asupan zat gizi dalam jangka pendek dan tanpa mengurangi makanan pokok yang dikonsumsi. Kurma merupakan salah satu jenis buah yang lazim dikalangan masyarakat, dan kurma biasa dikonsumsi masyarakat. Buah kurma merupakan buah dari tanaman *Phoenix dactylifera* yang mempunyai biji dengan satu lembaga. Buah kurma ini banyak mengandung karbohidrat, protein, lemak, berbagai mineral dan vitamin serta memiliki kandungan serat yang cukup tinggi. (Marwat et al., 2011) (Putriningtyas & Hidana, 2016)

Buah kurma termasuk golongan buah-buahan yang satu satuan penukarnya mengandung 50 kalori, 10gram protein dan 12gram karbohidrat (Almatsier, 2004). Sari kurma merupakan kurma yang dihaluskan dan diambil sarinya. Sari kurma ini berbentuk cair dengan konsistensi yang kental, berwarna hitam dan terasa sangat manis serta mengandung zat gizi yang lengkap seperti buah kurma. (RISMAYANI & MAULANI, 2023)

Menurut penelitian Teguh AB dan Dini M (2020) mengatakan bahwa Pada kelompok Healthy Dates (sari kurma) terdapat koreksi tinggi badan lebih besar dibanding multivitamin, dengan hasil analisis Pendapatan keluarga  $75\% \leq \text{UMK}$ , 42.5% pendidikan ibu SMP, 37.5% pendidikan ayah SMA. Pada kelompok Healthy Dates rata-rata persentase asupan energy 54.12%, protein 91.16%, zink 56.09%, kalsium 69.55%. sedangkan kelompok multivitamin rata-rata persentase asupan energy 51.10%, protein 91.32%, zink 56.99%, kalsium 77.10%. Rerata Z-Score kelompok Healthy Dates sebelum perlakuan  $-2.62\text{SD}$  menjadi  $-2.30\text{SD}$  ( $p=0.001$ ), rerata Z-Score kelompok multivitamin sebelum perlakuan sebesar  $-2.46\text{SD}$  menjadi  $-2.15\text{SD}$  ( $p=0.002$ ). Rerata Z-Score akhir pada kelompok Healthy Dates  $0.32 \pm 0.17$ , kelompok multivitamin  $0.25 \pm 0.26$  ( $p=0.147$ ). (Budiana & Marlina, 2020)

Berdasarkan data angka kejadian stunting di Provinsi Lampung mengalami penurunan prevalensi stunting sebesar 3.3% per tahun dari 18.5% di 2021 menjadi 15.2% di 2022. (Reizki, 2023) Penurunan prevalensi ini tidak lantas membuat Dinkes Lampung berpuas diri. Pihaknya akan terus berupaya untuk terus menekan angka stunting di Provinsi Lampung, Dinkes menargetkan prevalensi stunting di Provinsi Lampung menjadi 13.45% dan di kabupaten Pringsewu prevalensi atau angka stunting di Kabupaten Pringsewu pada tahun 2022 mengalami penurunan sebesar 2,8 persen, dari sebelumnya 19 persen pada 2021, menjadi 16,2 persen, walaupun angka stunting menurun namun target belum tercapai. Puskesmas merupakan tempat pelayanan yang dekat dengan masyarakat, aktivitas kegiatan posyandu pun dilakukan secara rutin di posyandu desa podosari. Posyandu desa podosari ini terdapat 4 balita stunting dari 38 balita, sehingga diharapkan dengan diadakan kegiatan pemberian kurma ini dapat membantu balita dapat terpenuhi status gizinya. Kerjasama ini memberikan tambahan ilmu pengetahuan kepada kader dan masyarakat setempat bahwa kurma dapat membantu balita stunting maupun balita yang sehat karena kurma dapat memberikan beberapa multivitamin yang membantu daya tahan tubuh balita.

Berdasarkan uraian diatas, menunjukkan bahwa salah satu faktor kejadian stunting yaitu karena asupan makanan. Oleh karena itu, sebagai upaya untuk mengetahui dan memahami bagaimana makanan tambahan sari kurma yang diberikan oleh ibu kepada balita yang menderita stunting ini dapat diberikan, Oleh sebab itu sebagai salah satu tugas dosen dalam melaksanakan Catur dharma perguruan tinggi, maka kami akan melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan judul Pemberian Sari Kurma pada Balita Stunting sebagai upaya peningkatan status gizi di Posyandu Desa Podosari.

## Metode

Kegiatan pengabdian dilaksanakan secara langsung mengumpulkan ibu yang mempunyai balita stunting. Kegiatan dilakukan di Posyandu Desa Podosari. Kegiatan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut;

1. Kegiatan Pre-test, dilakukan ujian untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap ibu yang memiliki anak balita stunting tentang stunting dan pola asuh yang baik. Kegiatan ini dilakukan menggunakan google form sehingga memudahkan responden untuk mengisi beberapa pertanyaan pre-test. Link formulir yang sudah dirancang sebelumnya, kemudian dibagikan oleh tim pegabdi ke grup WhatsApp pengabdian.
2. Pengukuran status gizi balita stunting. data pendukung untuk menentukan status gizi diperoleh dari kuesioner bersamaan dengan data diri dan pre-test.
3. Penyampaian materi tentang stunting dan pencegahannya dserta solusi balita dengan stunting yang dilakukan oleh Ketua Pengabdian sebagai pemateri utama dengan membagikan alat promosi kesehatan berupa leaflet. selanjutnya 10 responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab).
4. Kegiatan Post-test, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap materi yang telah disampaikan. Kegiatan ini dilakukan dengan membagikan post-test yang telah dibuat menggunakan google form ke grup WhatsApp pengabdian.
5. Pemberian sari kurma untuk balita stunting selama 1 bulan kedepan.
6. Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan setelah kegiatan promosi gizi dilaksanakan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku ibu dalam pengasuhan terhadap balita melalui kuesioner, dan adanya peningkatan Berat Badan pada balita stunting. Kegiatan ini dilakukan oleh kader masing-masing kelurahan di wilayah kerja Puskesmas Pringsewu.

## Hasil Dan Pembahasan

### Prevalensi Balita Stunting di Pekon Podomoro

Prevalensi kasus balita Stunting di Kabupaten Pringsewu telah mengalami penurunan sebanyak 1,03%, menjadi 5,50% dengan jumlah sasaran 1.640 balita stunting dibandingkan 2021 yakni 6,54%, dengan jumlah sasaran 1.843 balita Stunting. Pemerintah Kabupaten Pringsewu Lampung pada 2023 ini menetapkan kembali 30 pekon lokus stunting berdasarkan Surat Keputusan Bupati Pringsewu No. B/248/KPTS/B.01/2022 tentang Penetapan Lokus Stunting Tahun 2023 di Kabupaten Pringsewu, di pekon Desa Podomoro terdapat 35 balita dan 8 anak dengan Stunting.

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat uraikan melalui tahapan, yaitu tahapan persiapan dan pelaksanaan. Tahap persiapan ini merupakan sebuah rancangan program yang dilakukan sebagai berikut : Berkoordinasi dengan bidan desa terkait kegiatan yang akan dilakukan, Penetapan waktu penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 01 – 31 Juli 2023, Penentuan sasaran dan target peserta adalah ibu yang memiliki bayi dan balita dengan stunting dengan jumlah 8 balita, Perencanaan materi penyuluhan (Definisi stunting, Faktor penyebab stunting, Dampak stunting, Solusi pemberian sari kurma)

Tahap persiapan selanjutnya ialah tahap pelaksanaan, pada tahap ini diuraikan sebagai berikut : Kegiatan pengabdian dengan judul ”Pemberian Sari Kurma pada Balita Stunting Sebagai Upaya

Peningkatan Status Gizi” dilaksanakan pada 01 Juli 2023 kemudian dilakukan evaluasi sebanyak dua kali, yang pertama evaluasi pada tanggal 15 Juli 2023 dan tahap evaluasi akhir pada tanggal 30 Juli 2023. Kegiatan ini dilakukan secara *door to door* agar informasi yang didapatkan oleh ibu dan keluarga tentang stunting tersampaikan dengan baik. Para peserta sangat senang dan antusias dengan dilakukan secara *door to door* karena mereka lebih banyak tahu dan banyak bertanya terkait stunting pada anaknya, sehingga pengetahuan ibu meningkat. Pada sesi tanya jawab semua pertanyaan dan jawaban memuaskan. Dalam kegiatan ini pemberian sari kurma dan cara meminumnya dijelaskan dengan baik dan tepat, sehingga ibu dapat melihat takaran dan jumlah pemberian secara langsung.

### **Pembahasan Hasil Kegiatan Pelaksanaan PKM**

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini secara garis besar dapat dilihat dari beberapa komponen berikut ini: Keberhasilan target ini dikatakan sangat baik, dilihat dari seluruh ibu yang didatangi secara *door to door* semua ada dirumah. Ketercapaian kegiatan ini baik, peningkatan pengetahuan ibu tentang stunting yang dilakukan secara Pre dan Post Test terlihat hasilnya bahwa ibu faham akan stunting dan cara memberikan makanan yang tepat pada anak, serta ibu memahi makanan pendamping sari kurma ini dapat membantu meningkatkan berat badan anak. Ketercapaian target materi yang telah direncanakan dapat dikatakan baik, semua materi telah disampaikan dan dijelaskan. Kemampuan peserta dalam penguasaan materi Kemampuan ini kita lihat dari hasil pre dan post test yang dilakukan, dan dapat dikatakan Baik, penyampaian materi dengan metode ceramah dan demonstrasi mendukung kemampuan peserta dalam menguasai materi yang disampaikan oleh Tim Pengabdian.

Secara keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik dan tanpa hambatan. Hasil evaluasi pada tanggal 30 Juli 2023 didapatkan bahwa 6 dari 8 anak dengan stunting mengalami peningkatan berat badan dan tinggi badan, hal ini sesuai dengan hasil penelitian Teguh AB, dkk 2020 dengan judul Efektivitas Healthy Dates Sebagai Suplemen Koreksi Pertumbuhan Balita Stunting dengan hasil terbukti bahwa sari kurma mampu mengoreksi tinggi badan balita *Stunting* dan dapat dijadikan makanan tambahan untuk melengkapi asupan zat gizi dari makanan sehari – hari. (Budiana & Marlina, 2020)

### **Simpulan Dan Saran**

Penyuluhan ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang Pemberian makanan pendamping yaitu sari kurma, Peningkatan pengetahuan dan cara memberikan sari kurma ini dapat diterapkan dengan mudah oleh ibu, Pemberdayaan bidan dan kader dalam pemantauan pemberian sari kurma ini diharapkan dapat terwujud dan dilanjutkan dengan baik. Saran pada pengabdian Masyarakat ini adalah diharapkan dapat ditindaklanjuti oleh bidan dan kader, Program ini diharapkan dapat diterapkan di tempat lain dan Perlu adanya materi tambahan lainnya yang mendukung stunting



## Daftar Rujukan

- Almatsier, S. (2004). Penuntun diet. *Jakarta: Gramedia Pustaka Utama*, 28–35.
- Aritonang, E. A., Margawati, A., & Dieny, F. F. (2020). Analisis pengeluaran pangan, ketahanan pangan dan asupan zat gizi anak bawah dua tahun (BADUTA) sebagai faktor risiko stunting. *Journal of Nutrition College*, 9(1), 71–80.
- Badan Pusat Statistik. (2018). Survei Demografi dan Kesehatan 2017. *Riset Kesehatan Dasar 2018*, 1–446.
- Budiana, T. A., & Marlina, D. (2020). Efektivitas Healthy Dates Sebagai Suplemen Koreksi Pertumbuhan Balita Stunting Di Kota Cimahi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 11(2), 137–151.
- Fauzi, M. S., & Falah, M. S. (2020). Peran Kepala Sekolah dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan: Studi Kasus di SMAU 1 Gresik. *JM-TBI: Jurnal Manajemen Dan Tarbiyatul Islam*, 54–76.
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8–12.
- Marwat, S. K., Khan, M. A., Rehman, F., Ahmad, M., & Zafar, M. (2011). Biodiversity and importance of floating weeds of Dara Ismail, Khan District of KPK, Pakistan. *African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines*, 8(5S).
- Neolaka, I. A. (2019). *Isu-isu kritis pendidikan: utama dan tetap penting namun terabaikan*. Prenada Media.
- Putriningtyas, N. D., & Hidana, R. (2016). Pemberian Sari Kurma pada Ibu Menyusui Efektif Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-5 Bulan (Studi di Kota Semarang). *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(3).
- Reizki, A. (2023). *Hubungan Antara Riwayat Imunisasi Dasar dan Riwayat Penyakit Infeksi dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Karang Bandar Lampung*.
- RISMAYANI, R., & MAULANI, N. (2023). EFEKTIVITAS PEMBERIAN SARI KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HB PADA IBU HAMIL DI BPM WILAYAH KERJA KOTA BENGKULU. *Journal Of Midwifery*, 11(1), 97–102.
- Yuliana, W., ST, S., Keb, M., & Hakim, B. N. (2019). *Darurat stunting dengan melibatkan keluarga*. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.