

## **PELATIHAN KADER DAN PEMANFAATAN BAHAN LOKAL DALAM UPAYA PENCEGAHAN PENYAKIT TIDAK MENULAR DAN STUNTING DI PULAU PENYENGAT**

**Fidyah Aminin<sup>1</sup>, Muji Hartinah<sup>2</sup>, Suharti<sup>2</sup>, Zulya Erda<sup>3</sup>, Aura Bella Gizta<sup>1</sup>**

**<sup>1</sup>Program Studi DIII Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang**

**<sup>2</sup>Program Studi DIII Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang**

**<sup>3</sup>Program Studi DIII Sanitasi, Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang**

**Email : [fidyahaminin@yahoo.com](mailto:fidyahaminin@yahoo.com)**

### **ABSTRAK**

Peningkatan kejadian Penyakit tidak menular (PTM) mulai mengancam kelompok usia produktif. Stunting juga menjadi ancaman pada generasi masa depan Indonesia, dengan prevalensi sebanyak 24,4% pada 2021, yang artinya, hampir seperempat balita di dalam negeri mengalami stunting. Jus LaPiSe (Labu siam, Pisang, dan Semangka) adalah hasil penelitian yang terbukti mengurangi salah satu PTM, yaitu hipertensi. Modul dan Aplikasi Si Naning (No Anemia No Stunting) juga merupakan hasil penelitian yang terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil untuk pencegahan stunting. Tujuan umum kegiatan pengabdian masyarakat melalui pelatihan kader dan pemanfaatan bahan lokal ini adalah sebagai upaya pencegahan penyakit tidak menular dan stunting di pulau penyengat. Luaran dari kegiatan pengabmas ini adalah peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mempraktekkan dan menyebarluaskan upaya pencegahan penyakit tidak menular dan stunting.

**Kata Kunci:** Stunting, Penyakit Tidak Menular, Pencegahan.

### **ABSTRACT**

*The increase in the incidence of non-communicable diseases (PTM) has begun to threaten the productive age group. Stunting is also a threat to Indonesia's future generations, with a prevalence of 24.4% in 2021, which means that almost a quarter of toddlers in the country are stunted. LaPiSe juice (Chayote, Banana and Watermelon) is the result of research that has been proven to reduce one of the PTMs, namely hypertension. The Si Naning Module and Application (No Anemia No Stunting) is also the result of research that has been proven to be effective in increasing the knowledge and attitudes of pregnant women for stunting prevention. The general objective of community service activities through cadre training and utilization of local materials is as an effort to prevent non-communicable diseases and stunting on Penyengat Island. The output of this community service activity is an increase in the knowledge and skills of cadres in practicing and disseminating efforts to prevent non-communicable diseases and stunting.*

**Keywords:** Stunting, Non-communicable Diseases, Prevention

## PENDAHULUAN

Sebelum pandemi, Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit katastropik dengan penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Saat ini perkembangan PTM di Indonesia kian mengkhawatirkan. Peningkatan tren PTM diikuti oleh pergeseran pola penyakit. Penyakit yang biasanya dialami oleh kelompok lanjut usia, kini mulai mengancam kelompok usia produktif.

Stunting juga merupakan ancaman generasi masa depan Indonesia. Stunting merupakan kondisi serius yang terjadi ketika seseorang tidak mendapatkan makanan bergizi dalam jumlah yang tepat dan waktu yang lama. Prevalensi balita yang mengalami stunting di Indonesia sebanyak 24,4% pada 2021. Dengan demikian, hampir seperempat balita di dalam negeri yang mengalami stunting.

Ancaman PTM dan stunting akan berdampak besar bagi SDM dan perekonomian Indonesia ke depan. Karena, di tahun 2030-2040 mendatang, Indonesia akan menghadapi bonus demografi yang mana usia produktif jauh lebih banyak dibandingkan kelompok usia non produktif. Jika tren PTM usia muda dan persentase balita penderita stunting di

Indonesia naik, maka upaya Indonesia untuk menghasilkan generasi penerus bangsa yang sehat dan cerdas menuju Indonesia maju pada 2045 mendatang akan sulit tercapai.

Upaya preventif PTM dapat dilakukan dengan mengubah perilaku hidup sehat, mengendalikan stress, melakukan aktivitas fisik teratur, serta menerapkan pola makan yang sehat. Sedangkan, upaya preventif stunting dapat dilakukan dengan kehamilan sehat tanpa anemia, pemberian ASI secara eksklusif, memberikan MP-ASI secara tepat, penyediaan air bersih dan sanitasi yang layak, serta pemantauan pertumbuhan. Dari beberapa upaya preventif tersebut, upaya pencegahan sederhana yang dapat dilakukan untuk mencegah PTM yaitu penggunaan bahan pangan lokal untuk penerapan pola makan sehat. Serta, pencegahan anemia pada ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting.

Kader kesehatan adalah masyarakat yang dipilih oleh masyarakat dan dilatih untuk menangani masalah-masalah kesehatan perseorangan maupun masyarakat untuk berkerja dalam hubungan yang amat dekat dengan tempat-tempat pemberian pelayanan kesehatan. Dengan terbentuknya

kader kesehatan, pelayanan kesehatan yang selama ini dikerjakan oleh petugas kesehatan saja dapat dibantu oleh masyarakat. Kader dapat membantu mempraktekkan serta menyebarluaskan upaya pencegahan PTM dan stunting. Berdasarkan permasalahan diatas maka perlu untuk dilakukannya upaya pencegahan penyakit tidak menular dan stunting dengan mengikutsertakan kader di pulau penyengat.

## **METODE**

Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah pemasangan media edukasi pencegahan penyakit menular dan pencegahan stunting berupa banner dan modul, penyuluhan dan peragaan pembuatan jus LaPiSe oleh Hj. Muji Hartinah, MPH dan Hj. Suharti, MPH serta penyuluhan dan peragaan penggunaan aplikasi Si NaNing oleh ketua kegiatan pengabmas, yaitu Fidyah Aminin, M.Kes.

Kegiatan Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Balai Adat Melayu Pulau Penyengat pada tanggal 10-13 November 2022.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan

penjajakan ke Pulau Penyengat pada 9 November 2022. Tim pengabmas melakukan survei awal dan meminta izin pelaksanaan kegiatan dalam rangka pengabdian pada masyarakat, menjelaskan maksud dan tujuan kegiatan, termasuk sasaran dan jadwal kegiatan.

Lurah Penyengat menyambut baik kegiatan pengabmas ini dan berharap dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam upaya pencegahan penyakit tidak menular dan stunting di Pulau Penyengat. Lurah Penyengat bersedia memberikan tempat dan fasilitas yang diperlukan, serta waktu kegiatan.

Kegiatan pertama dilaksanakan pada tanggal 10 November 2022 dan dihadiri oleh 19 peserta. Kegiatan diawali dengan memperkenalkan diri dan maksud tujuan kegiatan pengabmas yang dilakukan. Tahap awal yang dilakukan adalah penyampaian materi tentang penyakit tidak menular dan stunting.

Penyampaian materi dilakukan dengan media powerpoint yang menarik dan tulisan yang jelas sehingga responden tertarik memahami materi yang diberikan. Setelah penyampaian materi, dibuka forum berdiskusi dan tanya jawab dengan peserta kegiatan pengabmas.

Pada akhir kegiatan, fasilitator menyampaikan kesimpulan yaitu kader sudah memahami penjelasan tentang PTM dan Stunting. Setelah itu fasilitator membuat janji dengan responden untuk bertemu kembali pada kegiatan berikutnya.

Kegiatan hari kedua yaitu kegiatan penyampaian materi upaya pencegahan penyakit tidak menular dan upaya pencegahan stunting yang dilaksanakan pada tanggal 11 November 2022, dan dihadiri oleh 19 peserta. Materi juga disampaikan dengan media powerpoint.

Setelah penyampaian materi, dibuka forum berdiskusi dan tanya jawab dengan peserta kegiatan pengabmas. Pada kegiatan ini, banyak peserta yang bertanya dan berbagi pengalaman. Setelah itu fasilitator menyampaikan kesimpulan, yaitu kader sudah memahami upaya pencegahan PTM dan stunting. Kemudian fasilitator membuat janji dengan responden untuk bertemu kembali pada kegiatan berikutnya.

Pada hari ketiga dilakukan kegiatan peragaan, yaitu peragaan pembuatan Jus LaPiSe, dan peragaan penggunaan aplikasi Si Naning. Kegiatan peragaan dilakukan pada tanggal 12 November 2022. Pada kegiatan ini, peragaan berjalan lancar.

Kader mengerti cara membuat Jus LaPiSe, dan mengerti cara penggunaan aplikasi SiNaNing.

Dan kegiatan hari terakhir pada tanggal 13 November 2022, merupakan kegiatan peragaan mandiri oleh para kader. Dan didapatkan kesimpulan bahwa kader mampu membuat Jus LaPiSe, dan menggunakan aplikasi SiNaning secara mandiri, serta mau menyebarluaskan upaya pencegahan pada masyarakat Pulau Penyengat.

Hasil keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kader mendapatkan pengetahuan tentang pemanfaatan bahan lokal untuk mencegah penyakit tidak menular dan stunting. Serta, kader mendapatkan keterampilan tentang pemanfaatan bahan lokal untuk mencegah penyakit tidak menular dan stunting.



Gambar 1  
Ketua, anggota tim, dan kader kesehatan di Balai Adat Melayu Pulau Penyengat



Gambar 2  
Ketua pengabmas melakukan peragaan penggunaan aplikasi Si NaNing



Gambar 3  
Anggota tim pengabmas melakukan peragaan pembuatan Jus LaPiSe

## KESIMPULAN

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, hasil yang didapatkan adalah terjadi peningkatan pengetahuan pengetahuan kader tentang pemanfaatan bahan lokal untuk mencegah penyakit tidak menular dan stunting, serta terjadi peningkatan keterampilan kader tentang pemanfaatan bahan lokal

untuk mencegah penyakit tidak menular dan stunting.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abu-hiamed, H. A. 2017. Chemical Composition, Flavonoids and \$-sitosterol Contents of Pulp and Rind of Watermelon (*Citrullus lanatus*) Fruit. *Pakistan Journal of Nutrition*, Vol. 16, No. 7, pp. 502-507.
- Aminin, dkk. 2019. Modul Pendampingan Ibu Hamil sebagai Inovasi Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Anemia. JKb Jurnal Kebidanan Vol. 9, No. 1.
- \_\_\_\_\_. 2022. Development of "No Anemia No Stunting" (Si NaNing) Modules and Application in Efforts to Prevent Stunting in Archipelago Regions. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*. DOI: <https://doi.org/10.32668/jitek.v1i01.898>.
- Astuti, DK. 2016. Hubungan Karakteristik Ibu dan Pola Asuh Gizi dengan Kejadian Balita Stunted di Desa Hargorejo Kulonprogo DIY. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Choudhary, B. R. 2015. Phytochemicals And Antioxidants in Watermelon (*Citrullus Lanatus*) Genotypes Under Hot Arid Region.
- Demsa, S. 2019. Pencegahan Stunting Melalui Intervensi Gizi Spesifik Pada Ibu Menyusui Anak Usia 0-24 Bulan. Media Sahabat Cendikia.

- Dong, C. et al. 2016. *Metabolism of Flavonoids in Novel Banana Germplasm during Fruit Development.* Doi: 10.3389/fpls.2016.01291.
- Hartinah, dkk. 2020. *The Lapise Juice as an Alternative Drink to Reduce Blood Pressure of Pregnant Women with Pre-eclampsia.* ICINNA 2018 - The 1st International Conference of Indonesian National Nurses Association, DOI: 10.5220/0008206901710175.
- Kemenkes RI. 2010. *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010.* Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia.
- \_\_\_\_\_. 2013. *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013.* Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia.
- \_\_\_\_\_. 2018. *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018.* Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia.
- Nadila, F. 2014. *Antihypertensive Potential of Chayote Fruit Extract.*
- Rahayu, dkk. 2018. *Pendidikan Ibu Terhadap Kejadian Stunting.* Panel Gizi Makan, Vol. 37, No. 2.
- Sidjabat, FN. 2021. *Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia.* BIMKMI Vol. 3 No. 2.
- Suiraka, I.P. 2012. *Penyakit Degeneratif: Mengenal, Mencegah, dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif.* Yogyakarta: Nuha Medika.