Volume 7 Issue 6 (2023) Pages 6915-6926
Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini
ISSN: 2549-8959 (Online) 2356-1327 (Print)

Pencegahan Stunting melalui Ketahanan Pangan Lokal Banten dan Pengasuhan Digital

Luluk Asmawati✉
Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia
DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

Abstrak
Latar belakang penelitian ini pencegahan stunting melalui ketahanan pangan lokal Banten dan pengasuhan digital. Tujuan penelitian menganalisis pencegahan stunting melalui pola pemberian makanan bergizi variasi olahan labu kuning, ikan lele dan pemanfaatan aplikasi digital kesehatan pertumbuhan perkembangan anak. Metode penelitian kuantitatif menggunakan survei. Responden ibu yang memiliki anak balita berjumlah 197 orang. Pengumpulan data yaitu kuesioner *online*. Analisis data statistik deskriptif. Kesimpulan utama ibu telah mampu mencegah stunting untuk mencukupi kebutuhan nutrisi balita. Ibu dapat memilih, mengolah, menyajikan variasi makanan bergizi untuk anak dengan produk pangan lokal yaitu variasi olahan labu kuning dan ikan lele. Kontribusi penelitian ini yaitu setiap keluarga dapat menjaga ketahanan pangan dan memanfaatkan pengasuhan digital melalui aplikasi kesehatan digital untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini secara optimal sesuai dengan usia dan standar kesehatan di Indonesia.

Kata Kunci: *pencegahan stunting; pangan lokal, pengasuhan digital.*

Abstract
The research background was stunting prevention through Banten local food security and digital parenting. Purpose this research was to analyze the prevention of stunting through patterns of providing nutritious food with variations of processed yellow pumpkin, catfish and using of digital health growth and development applications for children. Quantitative research methods use survey. There were 197 mother respondents who had children under five. Data collection was an online questionnaire. Descriptive statistical data analysis. Conclusion was that mothers had been able to prevent stunting to meet the nutritional needs of toddlers. Mothers can choose, process and serve a variety of nutritious foods for children with local food products, namely variations of processed yellow pumpkin and catfish. Research contribution was every family can maintain local food and utilize digital parenting through digital health applications to improve the growth and development of early childhood optimally according to age and health standards in Indonesia.

Keywords: *stunting prevention; local food, parenting digital*

Copyright (c) 2023 Luluk Asmawati

✉ Corresponding author : Luluk Asmawati
Email Address : lulukasmawati@untirta.ac.id
Received 25 September 2023, Accepted 17 December 2023, Published 17 December 2023

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

Pendahuluan

Latar belakang penelitian adalah setiap anak pada usia yang sama memiliki perbedaan pertumbuhan dan keunikan, serta karakteristik perkembangan yang berbeda-beda. Perbedaan dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan. Faktor genetik diturunkan dari genetik kedua orangtuanya. Faktor lingkungan dapat distimulasi secara terintegrasi sampai anak usia 0-8 tahun yaitu pertumbuhan dan perkembangan otak anak mencapai 80% (Berk, 1989). Pada era digital orangtua memiliki banyak sumber belajar dari website untuk pencegahan stunting, tetapi tidak semua orangtua mampu menggunakan sumber belajar digital dengan baik. Harapannya orangtua memiliki literasi digital untuk memahami periode 1000 Hari Pertama Kelahiran (1000 HPK, disingkat) sebagai Upaya pencegahan stunting. Pencegahan stunting dapat dipantau melalui aplikasi digital kesehatan pertumbuhan dan perkembangan anak.

Pada saat ini, aplikasi digital kesehatan pertumbuhan dan perkembangan anak banyak sekali. Berdasarkan hasil analisis deskripsi fitur tentang kemudahan penggunaan aplikasi, penelitian ini menggunakan aplikasi primaku. Primaku artinya kesehatan anak yang prima (IDAI, 2018). Deskripsi fitur aplikasi dilengkapi dengan interpretasi dari hasil pemeriksaan pertumbuhan yang meliputi pemeriksaan tinggi, berat badan, lingkar kepala, pemeriksaan perkembangan motorik halus dan kasar, sosial, bahasa, jadwal imunisasi, dan artikel pilihan menu makanan pendamping ASI (IDAI, 2022). Harapannya ibu dapat memanfaatkan aplikasi kesehatan digital ini secara mudah untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak secara berkala dan berkelanjutan. Hal ini merupakan kontribusi pengasuhan digital ibu untuk menyiapkan sumber daya manusia yang sehat, unggul, berdaya saing global menuju Indonesia emas 2045.

Setiap keluarga sebaiknya mampu menjaga ketahanan pangan lokal. Pangan lokal melalui pola pemberian makan yaitu kemampuan orangtua dan keluarga untuk menyediakan waktu, perhatian, dan dukungan dalam memberikan makanan kepada anaknya. Pola makan sehat balita harus memperhatikan kesiapan makan balita, kandungan jenis nutrisi yang ada di dalam makanan, variasi menu, tekstur makanan, keteraturan waktu makan (SSGI, 2021); (Santos, K.D., Reis, M.A dan Romano, 2021). Berdasarkan hal di atas ibu belum semua mampu menyiapkan produk pangan lokal, menyusun papan buletin menu makan setiap minggu, pengalaman sosial, lingkungan waktu makan, area makan, dan makan harus menyenangkan. Ibu memasang papan buletin mingguan berisi jadwal makan anak, resep masakan, camilan, dan menu setiap minggu. Ibu menyusun waktu makan anak secara teratur sesuai jadwal, misalnya makan pagi-makan siang-makan sore, di antara waktu tersebut anak diberikan selingan makanan buah, pudding. Harapan penelitian ini ibu mampu membimbing anak untuk memiliki pengalaman sosial makan, lingkungan waktu, area makan, suasana makan, dan kebiasaan makan yang baik.

Penelitian ini berusaha menemukan novelty dengan cara menemukan referensi ilmiah dan menyusun hasil penelitian relevan untuk menyusun literatur review. Rumusan masalah penelitian ini meliputi: (1) mengapa peran keluarga sangat penting untuk pencegahan stunting?, (2) apakah ibu mampu memanfaatkan aplikasi digital kesehatan untuk deteksi pertumbuhan dan perkembangan anak?, (3) bagaimana mengolah produk pangan lokal menjadi makanan bergizi untuk anak? Berdasarkan pertayaan tersebut diharapkan pengasuhan digital dan pola pemberian makan produk lokal dapat mencegah stunting pada balita. Berdasarkan riset gap tersebut maka pemecahan masalah penelitian ini dengan menggunakan aplikasi digital kesehatan. Aplikasi ini belum banyak disosialisasikan kepada ibu-ibu yang memiliki balita. Edukasi aplikasi digital kesehatan sangat penting untuk meningkatkan partisipasi ibu melakukan deteksi pertumbuhan dan perkembangan balita di rumah. Hasilnya diharapkan dapat memberikan bukti empirik yang menunjukkan peningkatan pertumbuhan dan perkembangan kesehatan anak usia dini.

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

Stunting adalah kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang-ulang selama masa 1000 Hari Pertama Kelahiran (World Health Organization, 2014)(World Health Organization, 2014). Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya pemberdayaan wanita dan keluarga, kurangnya pendidikan sumberdaya masyarakat tentang penyuluhan makanan bergizi seimbang. Faktor penyebab stunting meliputi: praktek pengasuhan yang tidak baik, ibu kurang pengetahuan tentang kesehatan dan gizi buruk sebelum dan pada masa kehamilan, anak tidak mendapatkan ASI ekslusif, anak tidak menerima makanan pendamping ASI, ibu mengalami anemia, makanan bergizi mahal, keluarga kurang akses air bersih dan sanitasi, terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan sebelum melahirkan, setelah melahirkan, dan pembelajaran PAUD yang berkualitas. Anak usia dini harus masuk PAUD, ibu hamil harus mengkonsumsi zat besi, orangtua membawa anak ke posyandu secara berkala dan berkelanjutan, anak harus memperoleh imunisasi lengkap. Jika hal tersebut tidak dilakukan maka dapat memberikan dampak jangka panjang dan dampak jangka pendek stunting.

Dampak jangka pendek stunting yaitu anak mengalami gangguan perkembangan otak, kecerdasan berkurang, anak mengalami gangguan pertumbuhan fisik, anak mengalami gangguan metabolisme dalam tubuh (Akbar, 2022). Gangguan pertumbuhan yaitu tinggi badan anak lebih pendek dari anak seusianya berdasarkan standar antropometri. Gangguan metabolism yaitu anak mengalami gangguan pencernakan di dalam tubuhnya sehingga asupan makanan ke tubuh tidak memenuhi kebutuhan perkembangannya. Dampak jangka panjang stunting yaitu menurunnya kemampuan kognitif dan kekebalan tubuh. Penurunan kemampuan kognitif berdampak terhadap prestasi belajar dan kualitas kehidupan anak di masa yang akan datang. Penurunan kekebalan tubuh yaitu anak mudah diserang penyakit infeksi sehingga menghambat aktivitas anak sehari-hari. Ibu harus mampu melakukan pencegahan stunting. Keutuhan gizi tersebut harus terpenuhi sesuai dengan usia pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini berdasarkan standar anthropometri (Kementerian Kesehatan RI, 2018); (Kementrian Kesehatan RI, 2020). Standar antrophometri terdapat di dalam aplikasi digital kesehatan anak.

Aplikasi digital kesehatan memudahkan ibu dalam memantau pertumbuhan dan perkembangan anak balita secara berkala dan berkelanjutan di rumah. Cara penggunaan aplikasi primaku bahwa aplikasi primaku ini dapat diunduh di *play store*. *Sign up/in.* Ibu menuliskan data anak yaitu nama, berat, tinggi badan, tanggal lahir, jenis kelamin, dan tinggi badan orangtua. Ibu dapat melihat dan mendapatkan informasi tentang status gizi, jadwal imunisasi, kuesioner pertumbuhan dan perkembangan anak, dan artikel kesehatan. Fitur status gizi yaitu ibu memasukkan data tinggi badan, berat badan, dan lingkar kepala. Hasilnya jika berat badan anak kurang, maka muncul rekomendasi untuk berkonsultasi dengan dokter anak. Pada aplikasi ini ibu juga mendapatkan jadwal imunisasi secara *update* sampai dengan anak berusia 18 tahun. Kuesioner Pra Skrining Perkembangan Anak berisi deskripsi tahapan kemampuan dan perkembangan anak sesuai usianya, dan deteksi keterlambatan perkembangan sesuai usia. Jadi ibu dapat memantau dan mencocokkan kondisi anak sesuai kuesioner tersebut. Artikel kesehatan berisi artikel stimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak, perkembangan otak anak, makanan pendamping ASI.

Penelitian terdahulu bahwa pemberian nutrisi yang baik pada balita merupakan investasi masa depan. Pola pemberian makanan dapat menentukan kesehatan dan perkembangan anak di masa depan (Wiedy Yang Esa; Erti Nurfiandarti; Nugrahana Fitria Ruhyana, 2021). Pola makan bergizi setiap anak memiliki kebutuhan yang berbeda berdasarkan jumlah, frekuensi pemberian makan, dan jenis kelamin. Balita mengkonsumsi makanan 1000-1300 kalori perhari. Perilaku ibu dalam pemenuhan gizi dengan memberikan makanan yang bergizi seimbang kepada anak selama 1000 HPK. Hal ini dapat meningkatkan status gizi anak (Chandra, 2020). Pola pemberian makan memiliki hubungan yang bermakna dengan stunting, yaitu praktik pemberian makan, seperti porsi makan, jenis makanan yang diberikan (Evy Noorhasanah; Nor Isna Tauhidah, 2021); (Nursyamsiyah; Yulida Sobrie; Bani Sakti, 2021). Penyuluhan atau edukasi kepada ibu terkait pemberian ASI eksklusif.

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

Pemberian ASI eksklusif minimal dilakukan selama 6 bulan sejak kelahiran. Jika ibu bekerja maka ibu dapat menyimpan ASI. Penyimpanan ASI yang sesuai dengan prosedur yaitu dinginkan ASI sesegera mungkin, simpan ASI dalam botol sekali makan yang disterilkan, simpan ASI di *freezer* maksimal 48 jam, ASI dapat disimpan dalam keadaan beku paling lama dua minggu sejak dipompa dan dibekukan, cairkan ASI beku di lemari es atau di bawah air dengan yang mengalir bukan di microwave, kocok botol susu yang sudah dicairkan dengan lembut agar tercampur, buang susu yang tersisa, setelah bayi selesai menyusu, jangan bekukan Kembali ASI, menyusui balita minimal 15 menit. Hal ini untuk menjalin hubungan emosial dan sosial ibu dengan balita.Ibu tidak menidurkan bayi dengan botol, karena dapat menyebabkan infeksi telinga dan kerusakan gigi. Selanjutnya pemberian makanan pendamping ASI.

Pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) bertujuan untuk perbaikan gizi dan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi berusia di atas 6 bulan (Parenting Corner, 2023). Prinsip MP-ASI adalah tepat waktu, memenuhi syarat kecukupan gizi, aman, dan bervariasi. Pemberian ini harus bervariasi dari bentuk bubur cair ke bentuk bubur agak padat, sari buah, buah segar, makanan lumat, makanan lembek, dan akhirnya makanan padat. Jadi pemilihan dan pembuatan MP-ASI harus diperhatikan dari pemilihan bahan, cara mengolah dan memasak, cara penyajian makanan. Cara penyajian sebaiknya ibu jangan memberikan makanan padat terlalu cepat pada bayi. Hal ini karena pencernakan bayi mulai berkembang untuk mampu mencerna makanan padat pada usia 4-6 bulan. Ibu menyediakan menu makanan bergizi yang bervariasi, misalnya produk susu skim yang bervariasi, memilih daging kupas, ikan, unggas, kacang-kacangan sebagai sumber protein. Ibu memanggang, merebus makanan daripada menggoreng makanan. Makanan balita diupayakan tinggi serat, pati, gandum utuh, sereal, buah-buahan, sayuran, dan kacang-kacangan, serta kacang polong. Makanan anak tidak diberi garam dan gula, rasa asin dan manis diperoleh dari bahan makanan aslinya. Pedoman makanan sehat balita sesuai kelompok makanan, porsi perhari, dan ukuran porsi.

Tabel 1. Pedoman Makanan Sehat Balita (Szanto, 1997)

Kelompok Makanan	Porsi Perhari	Ukuran Porsi
Susu rendah lemak	3 kali	¾ hingga 1 cangkir susu
Daging atau olahan daging	2 kali	1 ons daging, ikan, daging ayam, ½ cangkir kacang polonga tau buncis
Sayuran dan buah	4 kali vitamin A	2 sendok makan selai kacang, 1/8 hingga ¼ ons wortel, kentang, brokoli
Sayuran dan buah	10 kali vitamin C, vitamin lain, mineral	½ gelas atau 1 buah jeruk, strawberry, anggur, jus papaya, jus nanas, jus tomat
Roti dan sereal	4 kali	½ potong roti gandum, ¼ centong nasi, macaroni, sereal kering 1-2 potong, sereal panas
Lemak, minyak, dan gula	Menggunakan jumlah terbatas, makanan ini tinggi kalori, gula, lemak, dan garam	Margarin, mentega, minyak sayur, mayones, saus, salad, daging sapi asap, permen, kue, keripik, sirup

Berdasarkan uraian pada **tabel 1**, sebaiknya ibu dapat memenuhi nutrisi balita dengan baik untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Jadi porsi, menu, ukuran makan balita produk pangan lokal. Pola atau jadwal pemberian makan balita: (1) terapkan aturan makan, makan selama maksimal 30 menit dan duduk, (2) sajikan makan dalam porsi kecil, (3) mengenalkan makanan satu persatu agar anak tidak bingung, (4) angkat piring atau mangkuk Ketika anak mulai memainkan makanan, (5) sajikan beberapa jenis makanan, lalu biarkan

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

anak memilih, (6) makan bersama anggota keluarga lain, (7) membersihkan mulut dan tangan setelah anak makan, (8) minum susu rendah lemak (Genbest.id, 2023).

Upaya ibu dalam memenuhi nutrisi balita. Nutrisi bermanfaat untuk pengembangan kemampuan nilai-nilai agama, sosial, emosi, keterampilan kognitif, fisik-motorik, kemampuan bahasa, dan seni (Sunita Almatsier, 2009). Jika balita kekurangan nutrisi maka dapat mempengaruhi proses berpikir, perilaku, dan produktivitas anak di usia sekolah. Ibu berusaha makanan yang dikonsumsi balita mengandung nutrisi berupa protein, zat besi, kalsium, omega-3 dan omega-6, prebiotik, FOS:GOS, karbihodrat, serat, lemak, dan susu (Supariasa, 2016).

Tabel 2. Kebutuhan Nutrisi Balita Pencegahan Stunting (Ikhsania, 2023)

Nutrisi	Kebutuhan balita	Berfungsi untuk	Berasal dari makanan
Energi	1350 kkal	Pertumbuhan dan perkembangan, aktivitas otot, metabolic menjaga sugu tubuh, menyimpan lemak	Jagung, beras, kentang, ubi,
Protein	20 gram	memelihara dan memperbaiki jaringan tubuh yang rusak	daging sapi, daging ayam, makanan laut, kacang-kacangan, sayuran, biji-bijian, tahu, tempe
Lemak	45 gram	energi, membuat tubuh tetap hangat, melindungi organ vital dalam tubuh, membantu menyerap sejumlah asupan vitamin	kacang-kacangan, daging, susu
Karbohidrat sederhana	215 gram	energi, nutrisi, dan serat.	gula putih, susu, buah-buahan, permen
Karbohidrat kompleks	215 gram	energi, nutrisi, dan serat.	roti, pasta, kentang, ubi, jagung, singkong
Serat	19 gram	membantu proses pencernakan dan melancarkan pengeluaran tinja balita. Menyeimbangkan populasi mikroba baik untuk meningkatkan kekebalan tubuh terhadap peradangan dan infeksi seperti enzema, konstipasi, diare.	makanan sayur-sayuran, buah-buahan, dan kacang-kacangan, kentang, tomat, brokoli, wortel, apel, jeruk
Air	1150 ml	Air membawa nutrisi dan oksigen ke dalam tubuh anak. Anak perlu banyak minum air putih agar oksigen di dalam darah lanncar.	Air mineral, buah-buahan semangka, jeruk bali, jeruk medan, melon, strawberry, nanas, mentimun, tomat
Susu	240-360 ml	Pertumbuhan dan daya tahan tubuh anak, menggantikan cairan tubuh yang hilang, sumber kalsium dan vitamin D untuk pertumbuhan gigi dan tulang.	susu sapi, susu kambing, susu kedelai
Kalsium	650 miligram	pembentukan dan pertumbuhan tulang pada balita dan menjalankan fungsi jantung, otot, dan syaraf	Susu dan kacang-kacangan.
Zat besi	27 miligram	mencegah anemia pada anak, menjaga kekebalan tubuh anak untuk melawan penyakit dan infeksi	daging sapi, daging ungas, hati sapi, hati ayam, ikan, tomat, jeruk, strawberry/blueberry, kiwi, paprika, kentang.. laut, buah, sayur bayam, kale, brokoli

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

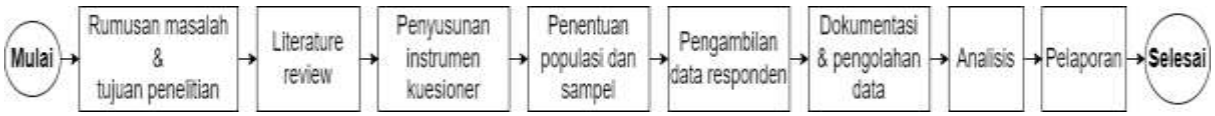
Nutrisi	Kebutuhan balita	Berfungsi untuk	Berasal dari makanan
Vitamin D	6000 IU	Membangun tulang dan gigi bayi yang kuat	Ikan salmon, susu, jeruk
Omega-3 dan omega-6	45 gram	perkembangan otak, meningkatkan fungsi kognitif otak untuk belajar, kemampuan penyimpanan memori, memusatkan perhatian, proses pembentukan selubung *myelin*, menjaga kesehatan jantung dan sistem kekebalam tubuh balita.	daging ayam, daging sapi, hati sapi, hati ayam, ikan berlemak yang hidup di air dingin, telur, udang, alpukat
Prebiotik FOS:GOS		mencegah diare, peradangan infeksi usus akut.	asparagus, pisang
Vitamin A	400 RE	Pertumbuhan dan pembelahan sel, menjaga fungsi jantung, paru-paru, dan ginjal	Hati sapi, wortel, ubi, kubis, bayam, brokoli, telur, ikan tuna.
Vitamin D	15 mcg	Menjaga kesehatan tulang anak agar tidak rakitis, menjaga kesehatan gigi dan mulut.	Bergaian jenis ikan laut, tuna, salmon, minyak ikan, susu dan produk olahannya, jamur, hati, kuning telur.
Vitamin E	6 mcg	Sistem kekebalan tubuh untuk melawan bakteri, menjaga kelancaran aliran darah di dalam tubuh	Minyak biji gandum, kacang almond, alpukat, biji matahari
Vitamin K	15 mcg	Membantu proses pembekuan darah, mempercepat penyembuhan luka, membangun dan memperkuat tulang, mengurangi risiko jantung, menjaga kemampuan kognitif	Sayuran hijau
Vitamin B1	0,5 mcg	Kesehatan mata, pembentukan energi, menjaga fungsi otak, mencegah beri-beri, dan membantu menggendalikan suasana hati	Gandum utuh, daging sapi, tuna, salmon, kacang-kacangan
Vitamin B2	0,5 mcg	Menjaga kesehatan kulit, mata, lapisan usus, sel-sel darah anak agar sehat	kacang-kacangan, sayuran hijau
Vitamin B3	6 mcg	Menjaga kesehatan kulit, mendukung sistem syaraf, dan metabolism tubuh anak	Dada ayam, ikan teri, ikan salmon, kacang hijau, ubi, kentang, mangga
Vitamin B5	2 mcg	Melindungi dan melembabkan kulit balita dari iritasi ruam popok	kubis, ubi
Vitamin B6	0.5 mcg	Membetuk sel darah merah dan neurotransmitter	Sayuran, daging, ikan, telur

Berdasarkan **tabel 2**, pola makan anak balita dipengaruhi oleh sikap ibu untuk asah,asih,asuh untuk mendisiplinan anak tertib makan. Jika disiplin pola pemberian makan diterapkan dengan baik maka status gizi balita terpenuhi dengan komponen karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral.

Metodologi

Jenis penelitian yaitu kuantitatif. Metode penelitian ini yaitu survei analitik. Langkah-langkah penelitian survei analitik sebagaimana pada **gambar 1.**

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396



Gamabr 1. Bagan Langkah-langkah penelitian metode survei (Irawan, 2000)

Teknik pengumpulan data berupa kuesioner *online*. Pengembangan instrumen variabel pencegahan stunting yaitu: (1) ibu perhatikan nutrisi sejak dalam kandungan, (2) ibu perhatikan gizi 1000 HPK anak, (3) ibu memberikan ASI eksklusif dan nutrisi lengkap, (4) ibu memberikan makanan pendamping ASI, (5) ibu memberikan suplemen vitamin A, (6) ibu memberikan suplemen zat besi, (7) ibu memberikan mikronutrisi, (8) keluarga memiliki penyediaan akses air bersih dan sanitasi, (9) ibu memberikan obat cacing pada anak, (10) ibu memberikan praktik pengasuhan yang baik. Instrumen penelitian variable pemanfaatan aplikasi digital kesehatan primaku yaitu: (1) tinggi badan balita, (2) berat badan balita, (3) lingkar kepala balita, (4) imunisasi lengkap, (5) pemanfaatan artikel kesehatan. Instrumen penelitian variabel pola pemberian makan yaitu: (1) ibu pernah mengikuti penyuluhan praktik pemberian makan balita, (2) ibu menerapkan isi piring dengan gizi seimbang, (3) ibu melakukan pembiasaan makan pagi pada anak, (4) ibu menyajikan jenis variasi makanan, (5) ibu menyajikan jumlah porsi makanan sesuai usia anak, (6) ibu menerapkan jadwal pemberian makan 3x sehari, (7) ibu melakukan pembiasaan minum susu pada anak.

Skala pengukuran menggunakan skala sikap Likert semua data menggunakan jawaban ya dan tidak (Likert, 1932). Skala sikap untuk pengukuran variable penvegahan stunting, pemanfaatan aplikasi digital kesehatan, dan pola pemberian makanan bergizi. Analisis data dengan statistik deskriptif.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan data hasil penelitian **tabel 2**, bahwa skor tertinggi nomor instrumen 6 dan nomor instrumen 8. Nomor instrumen 6 ibu memberikan suplemen zat besi pada saat hamil, semua responden menjawab ya sebanyak 100%. Instrumen nomor 8 yaitu keluarga memiliki penyediaan akses air bersih dan sanitasi, semua responden menjawab ya sebanyak 100%. Skor paling rendah instrumen nomor 1 yaitu ibu memperhatikan nutrisi anak sejak dalam kandungan, responden menjawab ya sejbanyak 73%. Kesimpulan jawaban semua responden dari instrumen 1-10 yaitu 88%, kriteria sangat baik.

Tabel 3. Pencegahan Stunting

No	Instrumen	Persen	Kriteria
1	Ibu memperhatikan nutrisi anak sejak dalam kandungan	73	Baik
2	Ibu perhatikan gizi 1000 HPK anak	84	Sangat Baik
3	Ibu memberikan ASI eksklusif dan nutrisi lengkap	75	Baik
4	Ibu memberikan makanan pendamping ASI	85	Sangat Baik
5	Ibu memberikan suplemen vitamin A	98	Sangat Baik
6	Ibu memberikan suplemen zat besi	100	Sangat baik
7	Ibu memberikan mikronutrisi	86	Sangat Baik
8	Keluarga memiliki penyediaan akses air bersih dan sanitasi	100	Sangat Baik
9	Ibu memberikan obat cacing pada anak	91	Sangat Baik
10	Ibu memberikan praktik pengasuhan yang baik	90	Sangat Baik

Berdasarkan data hasil penelitian **tabel 4**, bahwa skor tertinggi nomor instrumen nomor 1 yaitu tinggi badan anak usia dini 5 tahun telah mencapai rata-rata laki-laki 100-108 cm, dan perempuan 100-107 cm, sebanyak 56% responden menjawab ya. Skor terendah instrumen nomor 3 yaitu lingkar kepala anak usia 5 tahun laki-laki 50,3-50,8 cm dan anak

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

perempuan 49,4-50 cm, responden menjawab ya sebanyak 37%. Kesimpulan seluruh jawaban responden untuk instrumen1 1-5 yaitu 48%, kriteria cukup.

Tabel 4. Pemanfaatan Aplikasi Digital Kesehatan

No	Instrumen	Persen	Kriteria
1	Tinggi badan anak usia 5 tahun	56	Baik
2	Berat badan anak usia 5 tahun lebih dari 18kg	43	Cukup
3	Lingkar kepala anak usia 5 tahun	37	Cukup
4	Imunisasi lengkap	56	Baik
5	Pemanfaatan artikel kesehatan	48	Cukup

Tabel 5. Pola Pemberian Makan

No	Instrumen	Persen	Kriteria
1	Ibu pernah mengikuti penyuluhan pola praktik pemberian makan balita	67	Baik
2	Ibu menerapkan isi piring dengan gizi seimbang	53	Baik
3	Ibu melakukan pembiasaan makan pagi pada anak	64	Baik
4	Ibu menyajikan jenis variasi makanan	52	Baik
5	Ibu menyajikan jumlah porsi makanan sesuai usia anak	49	Baik
6	Ibu menerapkan jadwal pemberian makan 3x sehari	73	Baik
7	Ibu melakukan pembiasaan minum susu pada anak	68	Baik

Berdasarkan data hasil penelitian **tabel 5** bahwa skor tertinggi nomor instrumen nomor 6 yaitu ibu menerapkan jadwal pemberian makan 3x sehari, sebanyak 73% menjawab ya. Skor terendah instrumen nomor 5 ibu menyajikan jumlah porsi makanan sesuai usia anak sebanyak 49% responden menjawab ya. Kesimpulan seluruh jawaban responden dari instrumen 1-7 yaitu 51%, kriteria baik.

Pembahasan

Peran keluarga sangat penting untuk melakukan pencegahan stunting dengan cara memperhatikan nutrisi anak sejak dalam kandungan (Sari, 2023); (Firdianty, 2023); ((S.V.Sutramanian; Omar Karlsson; Rockli Kim, 2022); ((Idris, 2022). Asupan nutrisi seimbang harus dimulai sejak kandungan sampai usia lanjut (Soedjatmiko,). Asupan nutrisi ibu hamil yang menunjang kesehatan ibu hamil dan mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin yaitu asam folat, protein, serat, kalsium, lemak, susu, karbohidrat.

Berdasarkan **tabel 6**, maka selama kehamilan ibu harus memenuhi nutrisi di atas. Hal ini bertujuan untuk mencegah stunting. Ibu juga harus memiliki pengetahuan, keterampilan, dan perilaku hidup untuk mampu memenuhi nutrisi tersebut sesuai dengan usia kehamilan. Ibu mampu menyiapkan persalinan yang selamat dan sehat. Ibu seharusnya memahmi moto selamatkan ibu dan bayi dengan menghindari ''4 terlalu''. Kesehatan ibu menyarankan 4 terlalu yaitu melahirkan terlalu muda-tua-dekat-banyak. Inovasi pemantauan ibu hamil menggunakan MPS Online atau menuju persalinan sehat. Selanjutnya untuk pemantauan pencegahan stunting dapat menggunakan aplikasi PrimaKu.

Ibu mampu memanfaatkan aplikasi digital kesehatan sebagai deteksi pertumbuhan dan perkembangan anak untuk pencegahan stunting (Setiawan, 2021); ((Resmiati, 2021). Pencegahan stunting dengan mengetahui ukuran lingkar kepala anak usia 5 tahun. Hasil penelitian ini ibu yang fokus dengan lingkar kepala hanya 37%. Responden yang lain tidak mengetahui bagaimana cara mengukur lingkar kepala dan manfaat hasil pengukuran tersebut. Cara mengukur lingkar kepala anak dengan menggunakan meteran kain, meteran kain tersebut diletakkan di depan dahi lalu diukur secara melingkar. IDAI menjelaskan ibu dapat melakukan pengukuran hingga usia anak 2 tahun atau baduta. **Tabel 7** disajikan data Balita Normal.

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

Tabel 6. Kebutuhan Nutrisi Ibu Hamil Untuk Pencegahan Stunting

Nutrisi	Kebutuhan ibu hamil	Berfungsi untuk	Berasal dari makanan
Asam folat	400mcg	Agar bayi terhindar dari cacat tabung syaraf	Bayam, brokoli, kubis, jeruk, stroberi, roti gandum, hati ayam, hati sapi, telur
Protein	70-100 gram	Proses pembangunan dan pembentukan sel-sel tubuh, rambut, kulit, otot, dan kuku janin	kedelai, daging sapi, daging ayam, ikan, telur, susu, keju, yogurt
Serat		Mencegah konstipasi dan wasir pada ibu hamil	Kentang, tomat, brokoli, wortel, apel, jeruk
Kalsium	1000 miligram	Pertumbuhan gigi dan tulang bayi	Susu, keju, yohurt, tahu, brokoli, kacang almond
Lemak		Membantu perkembangan otak dan saraf pusat janin	Alpukat, minyak zaitun, telur, kacang-kacangan, lele
Zat besi	27 miligram	Memuat Hb atau protein dalam sel darah merah. Hemoglobin bertugas membawa oksigen ke jaringan sel darah merah	Sereal, kacang-kacangan, sayuran
Vitamin D	6000 IU	Membangun tulang dan gigi bayi yang kuat	Ikan salmon, susu, jeruk

Tabel 7. Lingkar Kepala Balita Normal Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Rentang Usia (nutriclub.co.id, 2023)

Usia	Laki-laki	Perempuan
2-3 tahun	48,3=49,5 cm	47,2-48,5 cm
3-4 tahun	49,5-50,3 cm	48,5-49,4 cm
4-5 tahun	50,3-50,8 cm	49,4-50 cm

Jadi pertumbuhan dan perkembangan ukuran lingkar kepala bayi yang normal usia 5 tahun yaitu laki-laki 50,3-50,8 cm dan perempuan 49,5-50 cm. Capaian ini harus diupayakan melalui asupan nutrisi tertentu kepada ibu sebelum, pada saat, setelah melahirkan, dan pola pemberian makan bergizi seimbang anak setelah lahir sampai usia 5 tahun.

Pola pemberian makanan yang baik oleh ibu dapat mencegah stunting pada anak balita. Penelitian terdahulu bahwa pola pemberian makan tergantung pada sosial ekonomi keluarga (Kementrian Kesehatan RI, 2014); (Andi Maryana; Rahmawati; Andi Eli; Lismaya; Yuniati, 2021); (Sairah Marizha Nurcahyani; Andi Chandra, 2023); (Puput Arisma Wanti, 2023); (Ariyanti Saleh; Syahrul; Veni Hadju; Irma Andriani; Indah Restika, 2021); (Zerfu, 2021). Ibu dengan usia yang masih muda dapat lebih mudah menyerap informasi baru mengenai pengetahuan gizi. Bertambahnya pengetahuan sejalan dengan tingkat wawasan dan pengalaman ibu untuk merawat anak. Ibu sebagai pendamping utama balita memiliki tanggungjawab yang sangat besar untuk memastikan balita mendapatkan asupan makan yang baik sesuai kemampuan ibu dan kondisi balita. Artikel-artikel di dalam aplikasi digital kesehatan primaku juga memberikan pengetahuan asupan makan bergizi seimbang, perawatan kesehatan balita, menu makanan balita. Pelatihan memasak protein hewani dan protein nabati. Ikan tenggiri banyak terdapat di perairan Pantai Banten. Ikan tenggiri dapat diolah menjadi otak-otak kukus, siomay, pekpek, tekwan, bakso ikan. Makanan protein nabati untuk camilan balita yaitu kacang hijau, bakpia, keripik tempe. Setiap keluarga memanfaatkan ''Pekarangan Pangan Lestari''(Pertanian, 2020).

Ibu dapat menanam labu kuning di pekarangan rumah dengan media pot (Fayakun Nur Rohmah; Ditasari Putriana; Teti Anggita Safitri, 2022). Labu kuning dapat diolah menjadi makanan selingan berupa labu kuning goreng, kukus, dan aneka pudding. Hasil oleahan labu

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

kuning goreng yaitu stik, roti, bakwan, stik tabur keju, goreng tepung, bola-bola. Hasil olahan labu kuning kukus yaitu bolu mini, bolu tabur kelapa, bolu zebra, bolu mekar, wadai bingka, lapis coklat, bolu ceria, bolu tabur keju, bolu marmer, bolu panggang, pukis, talam jelita, cetakan karakter, bolu keju, bolu marmer, bolu panggang, pukis talam, lapis coklat glutenfree. Hasil olahan labu kuning pudding yaitu pudding kelapa, pudding kismis, pudding sukade, pudding strawberry, pudding jeruk.

Selain itu ibu dapat memelihara ikan lele untuk menyiapkan protein keluarga ((Andi Maryana; Rahmawati; Andi Eli; Lismaya; Yuniati, 2021). Media beternak lele dapat menggunakan terbatas dapat menggunakan ember. Lele dapat dijadikan makanan olahan pendamping ASI yang bervariasi yaitu mangut lele santan, sup ikan lele, lele tofu cream soup, nasi tim lele, bubur lele dan pok coy, bubur oat bayam lele, bubur jagung, bayam, kacang merah dan lele, bubur saring kaboca lele. Untuk anak usia 2-5 tahun makanan olahan lele yaitu nasi goreng lele, pepes ele kemangi, bakso ikan lele, lele krispi, tumis lele wortel tauge, lele telor orak-arik, sushi roll lele, lele katsu, sate ikan lele, lele gerem asem, ekado ikan lele, dan burger ikan lele. Ibu dapat mencoba untuk berternak dan menyajikan olahan lele untuk memenuhi protein balita. Balita sehat tercapai jika terpenuhi protein hewani dan nabati secara seimbang sesuai kebutuhan dan usianya.

Jadi ibu telah memiliki cara untuk memenuhi nutrisi anaknya dengan cara: (1) orangtua menjadi teladan mencoba makanan baru dan menghabiskan makanan yang disajikan, (2) melibatkan anak berbelanja makanan, (3) jadwal waktu makan bersama keluarga, (4) pembiasaan makan pagi sejak dini, (5) anak memilih makanannya sendiri, (6) anak makan dalam porsi kecil, (7) anak menghabiskan makanannya, (8) ibu menyiapkan camilan sehat, (8) sopan santun pada saat makan. Pengalaman sosial makan yaitu ibu mengenalkan nama, rasa, tekstur, warna makanan yang dimakan anak. Lingkungan waktu makan pagi, siang, sore. Area makan sesuai usia anak, misalnya balita dapat menggunakan meja kursi dengan ukuran khusus balita. Balita dapat duduk dengan kaki menyentuh lantai dan piring makan di depan dada balita. Suasana makan harus menyenangkan, tenang, nyaman untuk balita. Balita harus diajarkan untuk memiliki kebiasaan baik makan. Ibu menyajikan makanan sesuai porsi ukuran anak, memperkenalkan makanan baru satu persatu, menawarkan makanan Ketika anak lapar, menawarkan makanan ringan yang dapat dimakan tanpa peralatan. Ibu menyediakan potongan sayuran, buah-buahan, daging, keju, atau kerupuk. Jika anak makan tumpah, maka ibu tetap tenang. Belajar makan yang baik memerlukan latihan. Jadi setiap anak berbeda kebutuhan nutrisi, ukuran kursi meja, peralatan makan sesuai dengan ukuran dan tingkat perkembangan anak.

Implikasi penelitian secara teoretis dan praktis. Implikasi penelitian secara teoretis yaitu hasil penelitian sejalan dengan teori yang digunakan. Landasan teoretis yang disitasi dapat digunakan untuk memecahkan masalah penelitian tentang pencegahan stunting melalui ketahanan pangan lokal dan pemanfaatan aplikasi digital kesehatan anak usia dini. Impliasi secara praktis bahwa berdasarkan hasil temuan-temuan penelitian semua responden ibu balita telah mampu melakukan pencegahan stunting dengan baik, mengolah dan menyajikan bahan pangan lokal labu kuning dan lele untuk variasi menu makanan bergizi anak dengan baik, dan pengasuhan digital cukup. Penelitian telah selesai dan berhasil.

Keterbatasan penelitian berupa jumlah responden, keterbatasan waktu penelitian, keterbatasan data yang digunakan sehingga hasil kurang maksimal. Keterbatasan jumlah responden yaitu hanya di salah satu kecamatan di Kota Serang. Keterbatasan waktu yaitu penelitian ini dilaksanakan selama 3 bulan. Keterdabatasan data yaitu jumlah pertanyaan dan responden yang terbatas berdampak pada generalisasi data hasil penelitian.

Simpulan

Ibu telah memiliki pengetahuan dan kesadaran untuk memenuhi nutrisi sebelum, pada saat, dan setelah melahirkan serta pengasuhan yang baik pada masa usia anak 0-5 tahun. Pemilihan bahan pangan lokal hasil kebun sendiri seperti labu kuning dan lele dapat

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

digunakan untuk makanan pendamping ASI yang dapat diolah menjadi menu yang bervariasi untuk balita. Provinsi Banten masih memiliki produk bahan pangan lokal lainnya yaitu ikan tenggiri, bandeng, talas beneng dan aneka jenis pisang yang dapat dijadikan pangan lokal bergizi untuk anak usia dini. Aplikasi digital kesehatan untuk anak juga masih banyak yang belum dimanfaatkan secara maksimal. Peneliti selanjutnya dapat melaksanakan penelitian sejenis dengan variable, metode, dan responden yang berbeda sehingga tujuan untuk meningkatkan sumber daya manusia Indonesia yang unggul dapat tercapai.

Ucapan terima kasih

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada seluruh responden dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

Akbar, I. T. H. (2022). *Modul Pencegahan Stunting*. Fawwaz Media Cipta.

Andi Maryana; Rahmawati; Andi Eli; Lismaya; Yuniati. (2021). Peningkatan Gizi Anak Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pembuatan MP-ASI Berbahan Ikan Mairo. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, *5*(3). https://doi.org/10.31764/jmm.v513.4991

Ariyanti Saleh; Syahrul; Veni Hadju; Irma Andriani; Indah Restika. (2021). Role of Maternal in Preventing Stunting A Systematic Review. *Graceta Sanataria*, *35*(Suplement 2), 5576–5582. https://doi.org/j.graceta.2021.10087

Berk, L. (1989). *Child Development*. Allyn and Bacon.

Chandra, A. (2020). *Epidemiologi Stunting*. Universitas Diponegoro.

Evy Noorhasanah; Nor Isna Tauhidah. (2021). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 12-59 Bulan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, *4*(1).

Fayakun Nur Rohmah; Ditasari Putriana; Teti Anggita Safitri. (2022). Berdayakan Masyarakat Cegah Stunting Dengan Mengolah Bahan Pangan Lokal Potensi Lokal. *Jurnal Masyarakat Berdaya Dan Inovas*, *3*(2). https://doi.org/10.33292/mayadani.v3i2.97

Firdianty, H. S. M. S. S. H. I. N. N. F. (2023). Pengaruh Faktor Maternal Terhadap Insidensi Stunting Pada Anak Balita Di Negara Berkembang: Narrative Review. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(2). v.7i2.4160https://doi.org/10.31004/obsesi

Genbest.id. (2023). *Mudah Diterapkan Ini Cara Menyusun Jadwal Makan Anak 2 Tahun*. Admin Genbest.Id. https://genbest.id/article/mudah-diterapkan-ini-cara-menyusun-jadwal-makan-anak-2-tahun

IDAI. (2018). . Jakarta. https://primaku.com.https://primaku.com

IDAI. (2022). *Aplikasi PrimaKu*. Jakarta. https://primaku.com

Idris, S. Z. H. (2022). Implementation of Stunting Program In Indonesia: A Narrative Review. *Indonesia Journal of Health Administration*, *10*(1). https://doi.org/10.20473/jaki.v10i1.2022.143-151

Ikhsania, A. A. (2023). *Daftar Kebutuhan Gizi Balita Yang Harus Dipenuhi*. Www.Generasimaju.Co.Id. https://www.generasimaju.co.id/artikel/1-tahun/nutrisi-makanan/gizi-balita-1-hingga-5-tahun

Irawan, S. (2000). *Metode Penelitian Sosial*. Remaja Rosdakarya.

Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*.

Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KAI.

Kementrian Kesehatan RI. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Tentang Standar Antropometri Anak*.

Likert, R. . (1932). *A Technique for the Measurement and Attitudes*. Arch.Psychology.

Nursyamsiyah; Yulida Sobrie; Bani Sakti. (2021). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 24-59. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, *4*(3, Agustus 2021).

Nutriclub.co.id. (2023). *Tumbuh Kembang 0-5 Tahun Lingkar Kepala Normal*. https://nutriclub.co.id/artikel/tumbuh_kembang/0-5-tahun/lingkar-kepala-balita-

DOI: 10.31004/obsesi.v7i6.5396

normalhttps://nutriclub.co.id/artikel/tumbuh_kembang/0-5-tahun/lingkar-kepala-balita-normal

Parenting Corner. (2023). *Metode Pemberian MPASI Yang Tepat Sesuai Tahapan Usia*. Lactoclub.Co.Id. https://www.lactoclub.co.id/artikel/persalinan/metode_pemberian_mpasi

Pertanian, B. K. P. K. (2020). *Petunjuk Teknis Bantuan Pemerintah Kegiatan Pangan Lestari (P2L) Tahun 2020*. Badan Ketahanan Pangan Kementrian Pertanian RI.

Puput Arisma Wanti. (2023). Pengalaman Ibu Balita Stunting Terkait Perceived Barriers Perilaku Pencegahan Stunting. *HIGEIA*, *7*(Sup Juli). https://doi.org/1015294/higea.v7isup.67493

Resmiati. (2021). Efektifitas Aplikasi Edukasi Gizi Remaja Berbasis Android Untuk Pencegahan Stunting. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*. https://doi.org/10.2216/jen.v612.357

S.V.Sutramanian; Omar Karlsson; Rockli Kim. (2022). Revisiting The Stunting Metric for Monitoring and Evaluating Nutrition Policies. *Langle Journal*, *10*(2), E179–E180. (21) 00504-0.https://doi.org/10.1016/s2214-109x

Sairah Marizha Nurcahyani; Andi Chandra. (2023). Analisis Penyebab Kejadian Stunting Pada Anak Usia Dini. *Obsesi: Jurnal PAUD*, *7*(3). v7i3 471https://doi.org/10.31004/obsesi

Santos, K.D., Reis, M.A dan Romano, M. . (2021). Parenting Practices and The Child's Eating Behaviour. *Texto Contexto Enferm*, *1*(12), 1. https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0026.

Sari, M. K. S. R. F. M. (2023). Maria Family Household Characteristics and Stunting: An Update Scoping. *Nutrients*, *15*(233). https://doi.org/10.3390/nu15010233

Setiawan, M. P. E. D. (2021). Perancangan Aplikasi Makanan Empat Sehat Lima Sempurna Untuk Mencehag Stunting. *JOISIE: Journal of Information Systems And Infornatics Engineering*, *5*(1). https://doi.org/10.35145/joisei.v5i4.1321.

SSGI. (2021). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia Tingkat Nasional, Provinsi, Kab/Kota Tahun 2021*. (K. K. RI (ed.)).

Sunita Almatsier. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramaedia Pustaka Utama.

Supariasa, I. D. N. dan H. (2016). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. EGC.

Szanto, E. S. (1997). *Creating Child Centered Programs For Infants And Toddlers*. Children's Resources International Inc.

Wiedy Yang Esa; Erti Nurfiandarti; Nugrahana Fitria Ruhyana. (2021). . Strategies for Handly Stunting in Bandung City. *Jurnal Bina Praja*, *13*(1), 15–28. https://doi.org/10.21787/jbp.13.2021.15-28.

World Health Organization. (2014). *WHA Global Nutrition Targets 2025: Stunting Policy Brief*.

Zerfu, A. A. T. (2021). Household Dietary and Healthcare Factors Predicting Childhood Stunting in Ethiopia. *Heliyon.*, *7 (2021)*(e6733). https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06733