

## **Upaya Perbaikan Gizi pada Anak di Desa Teluk Bakung Kecamatan Tanjung Pura Kabupaten Langkat**

**Wirman<sup>1</sup> Nazwa Afiva<sup>2</sup> Windy Sakila Nazwa<sup>3</sup>**

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera utara, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

Email: [wirmandrsma@gmail.com](mailto:wirmandrsma@gmail.com)<sup>1</sup> [nazwaafiva829@gmail.com](mailto:nazwaafiva829@gmail.com)<sup>2</sup> [windsakilanzwa@gmail.com](mailto:windsakilanzwa@gmail.com)<sup>3</sup>

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan sebagai evaluasi upaya perbaikan gizi pada anak di Desa Teluk Bakung Kec. Tanjung Pura. Metode yang digunakan kualitatif deskriptif yang melakukan observasi langsung ke lapangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program perbaikan gizi yang diberikan meliputi pemberian makan tambahan dan pemantauan kesehatan anak secara berkala. Pencegahan stunting ini paling utama dengan memberikan perbaikan gizi, dimulai dari sejak dalam kandungan.

**Kata Kunci:** Stunting, Nutrisi, Anak

### **Abstract**

*This research aims to evaluate efforts to improve nutrition for children in Teluk Bakung Village, District. Tanjung Pura. The method used is descriptive qualitative which carries out direct observations in the field. The research results show that the nutrition improvement program provided includes providing additional feeding and regular monitoring of children's health. The main thing to prevent stunting is by providing improved nutrition, starting from the womb*

**Keywords:** Stunting, Nutrition, Children



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

## **PENDAHULUAN**

Perbaikan gizi merupakan langkah penting untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat setempat. Gizi yang buruk pada anak-anak dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan jangka panjang, termasuk stunting, anemia, dan penurunan kemampuan kognitif. Oleh karena itu, pengaruh gizi yang tepat sangat diperlukan untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui program pemberian makan tambahan pada anak balita. Program ini bertujuan untuk memberikan asupan gizi yang cukup dan seimbang bagi anak-anak yang masih dalam masa pertumbuhan. Pemberian makanan tambahan ini sering kali mencakup makanan yang kaya akan protein, vitamin, dan mineral yang diperlukan untuk perkembangan tubuh dan otak. Selain itu, program ini juga melibatkan edukasi pada orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang dan cara menyusun menu yang bergizi untuk anak-anak mereka. Selain memberikan makanan tambahan, pemerintah desa dan lembaga kesehatan setempat juga melakukan penyuluhan gizi pada masyarakat setempat. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi yang baik dan cara praktis untuk mencapainya. Materi penyuluhan biasanya mencakup informasi terkait pentingnya asi eksklusif, pemberian makanan pendamping asi yang tepat, serta cara-cara menghindari dan mengatasi masalah gizi, seperti kekurangan zat besi dan vitamin A. Dengan penyuluhan ini, diharapkan para orang tua dapat lebih memahami dan menerapkan praktik gizi baik di rumah. Kerja sama dengan berbagai pihak juga menjadi kunci dalam upaya perbaikan gizi di Desa Teluk Bakung. Pemerintah desa bekerjasama dengan puskesmas, posyandu, dan organisasi non pemerintahan untuk menjalankan berbagai program gizi.

Posyandu menjadi salah satu pusat layanan kesehatan masyarakat di tingkat desa, juga memainkan peran penting dalam mendistribusikan makanan tambahan dan memberikan edukasi pada masyarakat. Dukungan dari organisasi nonpemerintah, baik dalam bentuk dana, maupun tenaga ahli, turut memperkuat upaya perbaikan gizi ini. Dengan upaya yang dilakukan diharapkan dapat mengatasi masalah gizi pada anak-anak di Desa Teluk Bakung secara bertahap. Pendekatan yang menyeluruh dan berkelanjutan diperlukan untuk memastikan bahwa setiap anak mendapatkan asupan gizi yang memadai untuk tumbuh dan berkembang dengan optimal. Upaya ini tidak hanya dapat meningkatkan kesehatan anak-anak, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan kualitas sumber daya manusia di masa depan.

## **Kajian Teori**

### **Pengertian Gizi**

Gizi adalah salah satu unsur terpenting dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan manusia. Gizi yang cukup dan seimbang adalah kunci untuk menjaga tubuh agar tetap berfungsi dengan baik, mencegah berbagai penyakit, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Gizi merupakan salah satu indikator pencegahan stunting pada bayi, dan status gizi bayi penting untuk memahami status kesehatan bayi dan anak. Secara umum, hal ini menunjukkan keseimbangan antara aliran energi yang masuk dan keluar dari pola makan normal.<sup>1</sup> Gizi adalah ilmu yang mempelajari hubungan antara makanan yang dikonsumsi dan kesehatan tubuh. Gizi berperan penting dalam menjaga fungsi tubuh, pertumbuhan, perkembangan, serta mencegah penyakit. Nutrisi yang cukup dan seimbang diperlukan untuk mendukung aktivitas sehari-hari, meningkatkan daya tahan tubuh, dan memperbaiki jaringan yang rusak.<sup>2</sup> Nutrisi sangat penting bagi anak untuk dapat mencegah keterlambatan pertumbuhan. Pola makan yang normal akan menghasilkan tubuh yang sehat dan tumbuh kembang yang baik pada anak, serta dapat mencegah terjadinya masalah kesehatan terkait gizi, terutama stunting.<sup>3</sup> Dalam menciptakan tumbuh kembang anak yang optimal, setiap anak harus mendapatkan nutrisi dan gizi yang seimbang. Gizi yang seimbang merupakan komposisi makanan sehari-hari yang mengandung jenis dan jumlah zat gizi yang memenuhi kebutuhan tubuh. Untuk mencegah terjadinya permasalahan gizi, perlu diperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, pola hidup bersih, dan menjaga berat badan normal. Status gizi juga diartikan sebagai keadaan kesehatan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan asupan zat gizi. Pola makan ibu hamil merupakan pola makan sehat dan seimbang yang wajib dikonsumsi oleh seorang ibu selama hamil, yang jumlahnya dua kali lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak hamil. Gizi seimbang bagi ibu hamil dan menyusui harus memenuhi kebutuhan serta tumbuh kembang janin dan bayi. Oleh karena itu, ibu hamil dan menyusui memerlukan zat gizi yang lebih banyak dibandingkan ibu tidak hamil atau tidak menyusui, namun asupan makanannya tetap bervariasi dan seimbang jumlah dan kuantitasnya.<sup>4</sup>

### **Manfaat Perbaikan Gizi**

Perbaikan gizi memiliki berbagai manfaat yang signifikan, baik dari segi kesehatan individu maupun masyarakat secara keseluruhan. Berikut adalah manfaat perbaikan gizi antara lain:

<sup>1</sup>Ginting, S.B., Simamora, A.C., dan Siregar, N.S.N, Penyuluhan Kesehatan Tingkatkan Pengetahuan Ibu dalam Mencegah Stunting, *Jurnal Bakti Bagi Bangsa*, Vol 2, No. 3, (Pekalongan: NEM, 2022)

<sup>2</sup>Hardinsyah dan Ali Khomsan, *Ilmu Gizi untuk Praktisi Kesehatan*, (Penebar Swadaya: Jakarta, 2017).

<sup>3</sup>*Ibid.*,

<sup>4</sup>Nurul Isnaini Anamariza Meliya Adiya Putri, Pentingnya Gizi Pada Ibu Hamil sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Periode 1000 HPK, *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol 4, No. 1, (Mei 2022)

- Meningkatkan kesehatan daya tahan tubuh : perbaikan gizi dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, sehingga tubuh lebih mampu melawan infeksi dan penyakit.
- Meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak : anak-anak dengan asupan gizi yang baik cenderung memiliki pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang optimal.
- Meningkatkan produktivitas : individu yang menerima gizi yang baik memiliki energi yang lebih baik dan tingkat konsentrasi yang lebih tinggi, yang berdampak positif pada produktivitas kerja.
- Mengurangi resiko penyakit kronis : pola makan yang sehat dapat mengurangi resiko penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung.
- Meningkatkan kesehatan ibu dan bayi : perbaikan gizi sangat penting bagi ibu hamil dan menyusui untuk memastikan kesehatan ibu dan perkembangan bayi yang baik.<sup>5</sup>

### **Dampak Kekurangan dan Kelebihan Gizi**

Penyebab malnutrisi pada balita sangatlah penting, dan malnutrisi pada anak dapat berdampak serius pada pertumbuhan dan pertimbangan. Bagian ini merinci penyebab utama nutrisi pada anak kecil. Terdapat dua dampak yaitu dampak kekurangan dan dampak kelebihan gizi pada anak. Dampak kekurangan terdiri dari:

- Anak yang kekurangan gizi sering kali mengalami stunting (berbadan kecil dibandingkan usianya) dan wasting (berat badan rendah dibandingkan tinggi badannya).
- Kekurangan nutrisi kronis dapat menghambat pertumbuhan fisik yang optimal
- Penurunan kognitif : Gizi yang buruk dapat menyebabkan gangguan kognitif dan penurunan kemampuan belajar terutama pada masa kritis perkembangan otak.
- Anak-anak yang kekurangan gizi seringkali mengalami kesulitan berkonsentrasi dan prestasi sekolahnya buruk.
- Lemahnya immunitas: Anak-anak yang kekurangan gizi lebih rentan terhadap infeksi dan penyakit.
- Malnutrisi dapat menurunkan efektivitas sistem kekebalan tubuh, membuat anak lebih sering sakit, dan pemulihan lebih lambat.
- Masalah kesehatan jangka panjang: Malnutrisi pada masa kanak-kanak dapat meningkatkan resiko penyakit kronis seperti diabetes, penyakit jantung, dan terkadang darah tinggi di kemudian hari.
- Gangguan Perkembangan Motorik: Anak yang mengalami kekurangan gizi seringkali mengalami keterlambatan perkembangan keterampilan motorik, termasuk keterampilan motorik halus dan kasar.<sup>6</sup>

Dampak makan berlebihan pada anak obesitas:

- anak yang makan terlalu banyak kalori sering kali mengalami kelebihan berat badan atau obesitas.
- Hal ini dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan jangka panjang. Diabetes Tipe 2: Obesitas meningkatkan resiko terkena diabetes Tipe 2 pada anak-anak, yang sebelumnya dianggap sebagai penyakit orang dewasa.
- Masalah kardiovaskular: makan berlebihan dapat menyebabkan tekanan darah tinggi, kolesterol tinggi, dan masalah jantung lainnya sejak usia muda.
- Gangguan tidur: obesitas pada anak dapat menyebabkan gangguan tidur seperti sleep apnea, yang dapat memengaruhi kualitas tidur dan kesehatan secara keseluruhan.

<sup>5</sup>Amalia R dan Sari D, Pengaruh Perbaikan Gizi terhadap status Gizi dan Kesehatan Anak di Sekolah Dasar tahun 2020, *Jurnal Gizi dan Pangan*, Vol. 15, No. 2.

<sup>6</sup>Rahayu, Prevalensi stunting di Indonesia dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, *Jurnal Gizi Indonesia*, Vol. 3, No. 2 (2019).

- Masalah psikologis: anak yang mengalami obesitas sering kali menderita masalah psikologis seperti rendahnya harga diri, depresi, dan kecemasan akibat stigma sosial dan kerundungan.
- Masalah ortopi: kelebihan berat badan dapat menyebabkan masalah ortopedi seperti nyeri dan tulang, serta masalah perkembangan tulang dan otot.<sup>7</sup>

### **Upaya perbaikan Gizi**

Upaya perbaikan gizi masyarakat bertujuan untuk meningkatkan mutu gizi serta konsumsi pangan, sehingga berdampak pada perbaikan keadaan atau status gizi, terutama status gizi kurang dan status gizi buruk, serta mempertahankan keadaan status gizi baik. Kegiatan – kegiatan status gizi adalah;

1. Peningkatan pemberian ASI eksklusif. Air Susu Ibu ( ASI ) terbukti memberi manfaat bagi bayi dari sisi aspek gizi, aspek imunologi, aspek psikologik, aspek kecerdasan, aspek neurologik, aspek ekonomi serta aspek penundaan kehamilan. ASI juga dapat melindungi bayi dari sindrom kematian bayi secara mendadak.
2. Pemberian MP-ASI. Pemberian MP-ASI pada anak umur 6-24 bulan yaitu pemberian makanan pedamping ASI pada anak usia 6-24 bulan dari keluarga miskin selama 90 hari, pemberian PMT pemulihan pada balita sesuai dengan tatalaksana gizi di wilayah puskesmas.
3. Pemberian kapsul vitamin A pada bayi dan balita. Kekurangan vitamin A meningkatkan risiko anak menjadi rentan terkena penyakit infeksi seperti infeksi saluran pernafasan atas, campak dan diare. Kekurangan vitamin A pada ibu hamil juga berisiko meningkatkan kebutaan.
4. Pemantauan status gizi balita dan penanganannya. Pengukuran status gizi dengan indikator berat badan menurut umur (BB/U) merupakan salah satu indeks antropometri yang memberikan gambaran massa tubuh seseorang. Massa tubuh sangat sensitif terhadap perubahan yang mendadak seperti terkena penyakit infeksi, menurunnya nafsu makan atau menurunnya jumlah makanan yang dikonsumsi. Upaya pemantauan terhadap pertumbuhan/status gizi balita dilakukan melalui penimbangan di posyandu secara rutin setiap bulan.<sup>8</sup>
5. Pemberian tablet Fe. Tabet Zat besi (Fe) adalah suatu tablet mineral yang sangat dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah (hemoglobin) tablet ini sangat diperlukan ibu hamil. Sudah selaknyaknya seorang ibu hamil akan mendapatkan minimal 90 tablet Fe selama kehamilannya dan diberikan secara gratis. Tablet Fe sangat penting bagi ibu Hamil karena dapat mencegah terjadinya anemi defisiensi besi, mencegah terjadinya pendarahan pada saat, pada meningkatkan asupan nutrisi bagi janin. Mencegah anemi dan pendarahan pada ibu hamil dapat menurunkan angka kematian ibu.
6. Mencapai Pola Makan Seimbang. Untuk mencapai pola makan seimbang perlu dipertimbangkan hal-hal berikut: *Pertama*, Konsumsi Beragam Makanan : Makan berbagai jenis makanan yang memberikan berbagai nutrisi yang dibutuhkan tubuh. *Kedua*, Porsi yang sesuai : Penting untuk mengontrol porsi makanan agar tidak makan berlebihan atau kekurangan. *Ketiga*, Batasi gula dan lemak jenuh : terlalu banyak gula dan lemak jenuh dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. *Keempat*, Perhatikan kebutuhan pribadi : setiap orang memiliki kebutuhan gizi yang berbeda, jadi penting untuk memahami

<sup>7</sup>Rahayu, dkk, Prevelensi Obesitas dan Faktor Resiko pada Siswa Sekolah Dasar di Indonesia, *Jurnal Nasional Kesehatan Masyarakat*, Vol. 12, No. 1, (Januari 2018).

<sup>8</sup>D, A. R. (2020). Pengaruh Perbaikan Gizi Terhadap Status Gizi dan Kesehatan Anak di Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi dan Pangan*.

kebutuhan pribadi anda. *Kelima*, Minum air yang cukup: air adalah nutrisi penting yang sering diabaikan. Pastikan anda cukup terhidrasi.

7. Upaya perbaikan gizi akan lebih efektif bila dilaksanakan sebagai bagian dari kebijakan pengentasan kemiskinan dan pengembangan sumber daya manusia. Menjadikan penduduk kekurangan gizi menghambat tercapainya tujuan pembangunan yaitu pengentasan kemiskinan. berbagai pemangku kepentingan yang terlibat perlu memahami permasalahan gizi dan dampak yang ditimbulkannya, dan sebaliknya, bagaimana perkembangan di berbagai sektor berdampak pada peningkatan status gizi. Oleh karena itu, tujuan dan sasaran pembangunan dibidang perbaikan gizi memerlukan keterlibatan seluruh sektor terkait.
8. Diperlukan tindakan khusus untuk meningkatkan status gizi. Peningkatan status gizi masyarakat diharapkan dapat meningkatkan kecerdasan, ketahanan fisik, dan produktivitas tenaga kerja, sehingga meminimalkan hambatan kemajuan ekonomi.
9. Implementasi program gizi harus didasarkan pada praktik terbaik (efektif dan efisien) dan penelitian lokasi spesifik. Beberapa aspek penting yang menjadi pertimbangan dalam memilih suatu intervensi, antara lain : tujuan spesifik, namun memiliki manfaat signifikan pada waktu yang tepat. Contohnya adalah pemberian yodium kepada ibu hamil di daerah endemis IDD untuk mencegah kerusakan fisik permanen. Dan kecacatan intelektual pada bayi baru lahir. Upaya-upaya sedang dilakukan untuk menjamin ketahanan pangan bagi rumah tangga miskin melalui pembiayaan publik.
10. Mengambil keputusan disemua tingkatan menggunakan informasi yang akurat dan dasar bukti ketika menetapkan kebijakan. Kita memerlukan sistem informasi yang baik, tepat waktu dan akurat. Selain melakukan pemantauan dan evaluasi serta studi intervensi yang sesuai dengan prinsip-prinsip bertanggung jawab.
11. Mengembangkan kapasitas mengatasi tantangan gizi, baik keterampilan teknis maupun manajerial. Gizi bukan satu-satunya unsur penting dalam pengembangan sumber daya manusia. Oleh karena itu, berbagai aspek perlu saling mendukung untuk mencapai integrasi yang sinergis. Misalnya, layanan kesehatan, pertanian, dan pendidikan yang diintegrasikan kedalam kelompok masyarakat yang paling membutuhkan.
12. Memperkuat upaya mobilisasi dan mobilisasi sumber daya untuk melaksanakan upaya gizi yang lebih efektif melalui kemitraan dengan sektor swasta, LSM dan masyarakat lokal.<sup>9</sup>

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik observasi langsung. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif di lapangan, dimana peneliti terlibat langsung dalam kegiatan upaya perbaikan gizi pada anak di desa teluk bakung kecamatan tanjung pura.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, kegiatan posyandu di Desa Teluk Bakung sudah dimulai sejak tahun 2012 hingga saat ini, sudah berlangsung selama 13 Tahun. Di Desa Teluk Bakung sudah ada lima Posyandu yang berstatus aktif. Untuk pemberian makanan sudah dilakukan sejak awal program, makanan tambahan diberikan oleh Kepala Desa (Kades) yang disalurkan untuk semua tingkatan, mulai dari pemberian makanan untuk balita, remaja, ibu hamil, dan lansia. Yang bertugas mengerjakan kegiatan tersebut adalah kader dan ketua Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) yang menentukan

---

<sup>9</sup>Azrul Azwar, Kecenderungan Masalah Gizi dan Tantangan di Masa Datang, Disampaikan pada Pertemuan advokasi program perbaikan Gizi menuju Keluarga Sadar Gizi. Jakarta: Hotel Sahid Jaya, (2004).

menunya setiap adanya kegiatan posyandu. Makanan tambahan yang diberikan bisa berupa apa saja, biasanya seperti sayuran, bubur kacang hijau, dan susu. Terkhusus lansia diberikan puding dan untuk ibu hamil diberikan makanan tambahan lain, misalnya ibu hamil yang kurang gizi, akan diberikan susu Ibu hamil.

Setelah selesai pengecekan rutin posyandu selalu diberikan vitamin, sesuai dengan keluhan yang di alami. Seperti balita, diberi obat cacing, dengan klasifikasi, umur 1-2 tahun ½ tablet, 2-5 tahun 1 tablet. Pembagian obat cacing dimulai bulan 8 dibagikan secara menyeluruh pada seluruh siswa/siswi Sekolah Dasar (SD) sekaligus vitamin A yang diberikan setai 6 bulan sekali. Kalau di Desa Teluk Bakung, keluhan yang paling banyak dari penduduknya adalah alergi dan darah tinggi ( Hipertensi ). Alergi ini di sebabkan karena mayoritas penduduknya berkegiatan mengolah daun nipah jadi lidi. Sedangkan dari pihak remaja keluhan yang paling banyak adalah anemia ( Darah Rendah ) dan solusi yang diberikan dari pihak posyandu adalah dengan memberikan obat penambah darah untuk menambah zat besi. Setiap golongannya ada empat kader yang bertanggungjawab terkait pendataan setiap jadwal posyandunya. Di dalamnya terdapat satu orang sebagai penanggungjawab terkait penanganan stunting ini.

Di Desa Teluk Bakung sudah tidak ada catatan warga yang terkena stunting. Pada tahun 2023 merupakan catatan terakhir adanya stunting namun sekarang sudah tidak ada, tetapi masih terdapat warga yang mengalami kekurangan gizi. Hal ini disebabkan karena faktor ekonomi. Solusi yang telah di terapkan adalah pemberian makanan gratis yang bergizi. Stunting sering kali di artikan lambatnya pertumbuhan dan perkembangan antara tinggi dan berat badan yang tidak sesuai dengan usia, maka anak tersebut dikatakan stunting. Namun pada kenyataannya berat dan tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia, tidak semua dikatakan terkena stunting, tetapi bisa saja karena faktor gen keluarganya. Tetapi dalam mengantisipasi terjadinya stunting, maka pihak puskesmas melakukan pemberian makanan bergizi. Setelah di terapkan solusi tersebut, dan diukur kembali di posyandu rutin, terlihat perkembangan anak tersebut disebabkan karena pemberian asupan makanan bergizi.

Pencegahan stunting ini paling utama dengan memberikan perbaikan gizi, dimulai dari sejak dalam kandungan. Dengan di sarankan ibu hamil selama mengandung, mengkonsumsi tablet penambah darah zat besi sebanyak 90 butir yang harus di habiskan selama sembilan bulan. Di Desa Teluk Bakung pernah ada ibu hamil yang mengalami gejala stunting, semenjak mengkonsumsi tablet penambah darah, gejala stunting yang ada pada ibu tersebut semakin hari semakin normal. Ciri-ciri ibu hamil kurang gizi dilihat dari lingkaran kurang dari 23 cm dikategorikan gizi kurang. Hal ini dapat dicegah sebelum dia melahirkan dengan mengkonsumsi tablet penambah darah tersebut. Hambatan dan tantangan yang dihadapi di desa teluk bakung dalam pencegahan ini adalah kurangnya kesadaran diri masyarakat untuk hadir pada program pencegahan stunting. Hal ini dipengaruhi oleh logaritma masyarakat sekitar yang beranggapan bahwa dampak dari posyandu ini seorang anak akan mengalami demam.

## **KESIMPULAN**

Gizi adalah salah satu unsur terpenting dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan manusia. Gizi yang cukup dan seimbang adalah kunci untuk menjaga tubuh agar tetap berfungsi dengan baik, mencegah berbagai penyakit, serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Perbaikan gizi memiliki berbagai manfaat yang signifikan, baik dari segi kesehatan individu maupun masyarakat secara keseluruhan, di antaranya; meningkatkan kesehatan daya tahan tubuh, meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak, meningkatkan produktivitas, mengurangi resiko penyakit kronis, meningkatkan

kesehatan ibu dan bayi. Upaya perbaikan gizi masyarakat bertujuan untuk meningkatkan mutu gizi serta konsumsi pangan, sehingga berdampak pada perbaikan keadaan atau status gizi, terutama status gizi kurang dan status gizi buruk, serta mempertahankan keadaan status gizi baik. Di Desa Teluk Bakung sudah ada lima Posyandu yang berstatus aktif. Untuk pemberian makanan sudah dilakukan sejak awal program, makanan tambahan diberikan oleh Kepala Desa (Kades) yang disalurkan untuk semua tingkatan, mulai dari pemberian makanan untuk balita, remaja, ibu hamil, dan lansia. Di Desa Teluk Bakung sudah tidak ada catatan warga yang terkena stunting. Pada tahun 2023 merupakan catatan terakhir adanya stunting namun sekarang sudah tidak ada, tetapi masih terdapat warga yang mengalami kekurangan gizi. Pencegahan stunting ini paling utama dengan memberikan perbaikan gizi, dimulai dari sejak dalam kandungan. Dengan di sarankan ibu hamil selama mengandung, mengkonsumsi tablet penambah darah zat besi sebanyak 90 butir yang harus di habiskan selama sembilan bulan. Di Desa Teluk Bakung pernah ada ibu hamil yang mengalami gejala stunting, semenjak mengonsumsi tablet penambah darah, gejala stunting yang ada pada ibu tersebut semakin hari semakin normal.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Amalia R dan Sari D, Pengaruh Perbaikan Gizi terhadap status Gizi dan Kesehatan Anak di Sekolah Dasar tahun 2020, *Jurnal Gizi dan Pangan*, Vol. 15, No. 2.
- Azrul Azwar, Kecenderungan Masalah Gizi dan Tantangan di Masa Datang, Disampaikan pada Pertemuan advokasi program perbaikan Gizi menuju Keluarga Sadar Gizi. Jakarta: Hotel Sahid Jaya, (2004).
- D, A. R. (2020). Pengaruh Perbaikan Gizi Terhadap Status Gizi dan Kesehatan Anak di Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi dan Pangan*.
- Ginting, S.B., Simamora, A.C., dan Siregar, N.S.N. Penyuluhan Kesehatan Tingkatkan Pengetahuan Ibu dalam Mencegah Stunting. *Jurnal Bakti Bagi Bangsa*, Vol 2, No. 3, (Pekalongan: NEM, 2022)
- Hamzah, Rahmawati dan Hamzah B. Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Pada Masyarakat di Desa Muntoi Kabupaten Bolaang Mongondow. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia*, Vol. 1, No. 4, (November 2020).
- Hardinsyah dan Ali Khomsan, Ilmu Gizi untuk Praktisi Kesehatan, (Penebar Swadaya: Jakarta, 2017).
- Mediani, H. S., Nurhidayah, I., & Lukman, M. Pemberdayaan Kader Kesehatan tentang Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Media Karya Kesehatan*, Vol. 3, No. 1, (2020).
- Nurul Isnaini Anamariza Meliya Adiya Putri, Pentingnya Gizi Pada Ibu Hamil sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Periode 1000 HPK, *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol 4, No. 1, (Mei 2022)
- Putri, N. I. (2022). Pentingnya Gizi Pada Ibu Hamil Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Perak Malahayati*.
- Rahayu, dkk, Prevelensi Obesitas dan Faktor Resiko pada Siswa Sekolah Dasar di Indonesia, *Jurnal Nasional Kesehatan Masyarakat*, Vol. 12, No. 1, (Januari 2018).
- Rahayu, Prevelensi stunting di Indonesia dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, *Jurnal Gizi Indonesia*, Vol. 3, No. 2 (2019).