

PELATIHAN PEMBUATAN KEBUN GIZI DAN KEBUN TOGA PADA KADER DAN IBU BALITA POSYANDU KARTINI II, DESA LEMPENI, KABUPATEN LUMAJANG

Miftahul Jannah, Sabran, Putri Rahayu Ratri, Lutfi Kurniawati

Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Jember
miftahuljannah@polije.ac.id

Abstract

Stunting is a condition of failure to grow in children under-five years caused by chronic malnutrition. It caused the children grow shorter than children at their age. Dusun Krajan II, located in Lempeni Village, Lumajang Regency, has a high prevalence of stunting. In addition, balanced nutrition guidelines have not been implemented by the entire community, including children under-five years in Dusun Krajan II, Lempeni Village. The utilization of the yard into nutrition gardens and family medical plants (TOGA) garden is one of the preventions to overcome family malnutrition. The purpose of this program is to increase the knowledge and skills of cadres and mothers with children under-five years in planting and utilizing the land around the house into nutrition gardens and TOGA gardens that are useful for daily life. The activity was carried out on August 28-29, 2021, with the target of posyandu cadres on the first day and mothers of children under-five years on the second day. Activities are carried out by providing materials related to plant species, nutritional content, and their benefits for fulfilling the nutrition requirements as well as improving the quality and quantity of breast milk. After that, the participants (cadres and mothers) planted vegetables, fruits, and family medical plants. This activity is beneficial for cadres and mothers of children under-five years to be able to recognize the types of plants and their functions and be able to grow plants well. This activity was also able to create a nutrition garden and a TOGA garden with a larger number of plants. Posyandu cadres and mothers of children under-five years are expected to be able to optimally utilize the nutrition garden and TOGA garden and apply them in their home yard.

Keywords: stunting, family medicinal plants (TOGA), cadre, children under-five years.

Abstrak

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada balita yang disebabkan karena kekurangan gizi kronis sehingga anak tumbuh lebih pendek dibandingkan anak seusianya. Dusun Krajan II yang terletak di Desa Lempeni, Kabupaten Lumajang, memiliki prevalensi stunting yang cukup tinggi. Selain itu, pedoman gizi seimbang juga masih belum diterapkan oleh seluruh masyarakat, termasuk pada balita di Dusun Krajan II, Desa Lempeni. Pemanfaatan lahan pekarangan menjadi kebun gizi dan kebun TOGA merupakan salah satu pencegahan dalam upaya mengatasi kekurangan gizi keluarga. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dan ibu balita dalam menanam dan memanfaatkan lahan di sekitar rumah menjadi kebun gizi dan kebun TOGA yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 28-29 Agustus 2021, dengan sasaran kader posyandu pada hari pertama dan ibu balita pada hari kedua. Kegiatan dilakukan dengan pemberian materi terkait jenis tanaman, kandungan gizi, dan manfaatnya bagi pemenuhan kebutuhan gizi serta peningkatan kualitas dan kuantitas ASI. Selanjutnya, peserta (kader dan ibu balita) bersama-sama mempraktikkan cara menanam tanaman. Kegiatan ini bermanfaat bagi kader dan ibu balita untuk mampu mengenali jenis tanaman dan manfaatnya, serta mampu menanam tanaman dengan baik. Kegiatan pelatihan ini juga mampu menciptakan kebun gizi dan kebun TOGA dengan jumlah tanaman yang lebih banyak. Kader posyandu dan ibu balita diharapkan mampu memanfaatkan kebun gizi dan kebun TOGA secara optimal, dan menerapkannya di lahan pekarangan rumah masing-masing.

Kata kunci: stunting, kebun gizi, kebun TOGA, kader, balita

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada balita yang disebabkan karena kekurangan gizi kronis sehingga anak tumbuh lebih pendek dibandingkan anak seusianya (Kemenkes RI, 2017). Stunting dalam jangka pendek dapat menyebabkan peningkatan kejadian kesakitan dan kematian, terhambatnya perkembangan kognitif, motorik, dan verbal pada anak. Sedangkan dalam jangka panjang, stunting dapat menyebabkan postur tubuh tidak optimal ketika dewasa, meningkatnya resiko obesitas dan penyakit lainnya, menurunnya kesehatan reproduksi, dan menurunnya produktivitas dan kapasitas kerja (Kemenkes RI, 2018). Intervensi terintegrasi untuk pencegahan stunting difokuskan pada kabupaten/kota yang menjadi lokasi fokus (lokus) stunting, yaitu dengan kriteria kota/kabupaten dengan jumlah balita stunting tinggi, prevalensi stunting tinggi, dan praktik baik rendah. Kabupaten Lumajang merupakan salah satu kabupaten di Jawa Timur yang menjadi lokasi fokus (lokus) Stunting utamanya di Desa Lempeni.

Posyandu Kartini II merupakan posyandu yang berada di Dusun Krajan II yang digunakan oleh masyarakat untuk memantau status gizi dan kesehatannya. Berdasarkan hasil analisis situasi, Dusun Krajan II masih memiliki permasalahan terkait gizi dan kesehatan yang harus diselesaikan. Dusun Krajan II terletak di Desa Lempeni, yang merupakan salah satu desa di Kabupaten Lumajang, dengan tingkat prevalensi stunting yang cukup tinggi yaitu 35%. Prevalensi tersebut masih jauh dari target RPJMN 2020-2024 yaitu sebesar 14%.

Berdasarkan hasil analisis situasi mengenai gambaran konsumsi masyarakat Dusun Krajan II, masih banyak masyarakat tidak mengonsumsi lauk hewani, buah, dan sayuran setiap hari. Hal ini menunjukkan bahwa pedoman gizi seimbang masih belum diterapkan oleh seluruh masyarakat, termasuk pada balita yang kebutuhan gizinya meningkat. Kualitas atau mutu gizi dan kelengkapan zat gizi dipengaruhi oleh keragaman jenis makanan yang dikonsumsi. Tidak terpenuhinya asupan zat gizi dapat menyebabkan seseorang mengalami defisit dalam memenuhi kebutuhannya, sehingga pertumbuhan dan perkembangan tubuh tidak normal (Laswati, 2017).

ASI merupakan hal yang sangat penting untuk diperhatikan pada balita. Menurut kerangka konsep Unicef, salah satu faktor penyebab stunting pada balita adalah pemberian ASI eksklusif yang tidak diberikan selama 6 bulan (Fitri, 2018). Berdasarkan analisis situasi, masih ada anak di dusun Krajan II yang tidak mendapatkan ASI eksklusif. Sebagian ibu masih memberikan susu formula sebagai pengganti ASI kepada bayinya. Hal ini dikarenakan faktor ibu yang bekerja, ibu sedang sakit, ASI yang tidak keluar atau sedikit, dan menganggap bahwa susu formula memiliki nilai gizi tinggi seperti ASI. Persepsi masyarakat yang kurang terhadap ASI menunjukkan bahwa masih belum optimalnya kegiatan penyuluhan ASI yang dilakukan oleh Posyandu Kartini II.

Pemanfaatan lahan pekarangan menjadi lahan sumber gizi merupakan salah satu pencegahan dalam upaya mengatasi kekurangan gizi keluarga (Ayuningtyas dan Jatmika, 2020). Kegiatan yang dilakukan dengan menanam berbagai jenis tanaman sayur

akan menjamin adanya ketersediaan bahan pangan yang beranekaragam secara terus-menerus, sehingga kebutuhan gizi keluarga terpenuhi (Amrudin dan Iqbal, 2018). Posyandu Kartini II sebenarnya telah memiliki kebun TOGA dan kebun gizi, akan tetapi belum dimanfaatkan secara optimal. Masyarakat biasa membeli bahan makanan dari pedagang sayur keliling dan pasar, hanya sebagian masyarakat memenuhi kebutuhan bahan makanan dari hasil kebun sendiri.

Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dan ibu balita dalam menanam dan memanfaatkan lahan di sekitar rumah menjadi kebun gizi dan kebun TOGA yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari.

METODE

Kegiatan pelatihan kebun gizi dan kebun TOGA dilaksanakan selama 2 hari yaitu pada tanggal 28 – 29 Agustus 2021 yang bertempat di rumah salah satu rumah warga. Sasaran dari pelatihan ini adalah kader dan ibu balita di Posyandu Kartini II, Dusun Krajan II, Desa Lempeni, Kecamatan Tempeh, Kabupaten Lumajang, Jawa Timur. Proses pelatihan dilakukan secara luring dengan memperhatikan protokol kesehatan.

Adapun tahapan kegiatan pelatihan ini diantaranya:

1. Perencanaan Kegiatan

Perencanaan kegiatan diawali dengan analisis situasi yang dilakukan dengan cara survei dan observasi terkait kondisi Posyandu Kartini II dan Masyarakat Dusun Krajan II, Desa Lempeni, Kabupaten Lumajang. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan koordinasi dengan Posyandu Kartini II terkait kegiatan pelatihan, serta

melakukan persiapan instrument kegiatan dan berkas kelengkapan administrasi, seperti surat-menyurat, daftar kehadiran, dan media pelatihan.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pelatihan pembuatan kebun gizi dan kebun TOGA diawali dengan pengenalan tim pelatihan, kemudian dilanjutkan pemberian materi tentang jenis tanaman, kandungan gizi, dan manfaatnya bagi pemenuhan kebutuhan gizi serta peningkatan kualitas dan kuantitas ASI. Setelah itu, dilanjutkan dengan praktik memilih dan menanam sayur dan buah pada kebun gizi, serta tanaman obat pada kebun TOGA. Narasumber dan peserta (kader dan ibu balita) bersama-sama melakukan praktik menanam tanaman obat keluarga, tanaman sayuran dan buah.

Kegiatan pelatihan dilaksanakan selama 2 hari. Pada hari pertama pelatihan diberikan kepada kader Posyandu Kartini II, kemudian pada hari kedua pelatihan diberikan kepada ibu balita yang didampingi oleh kader posyandu di wilayah Posyandu Kartini II.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Posyandu memiliki peranan yang sangat penting sebagai wadah masyarakat untuk mendapatkan pelayanan dasar kesehatan. Keberadaan posyandu menjadi wadah komunikasi ahli teknologi dalam pelayanan kesehatan masyarakat, oleh masyarakat, dan untuk masyarakat dengan dukungan pelayanan dan pembinaan teknis yang baik dari petugas kesehatan. Selain itu, posyandu juga memiliki nilai strategis dalam pengembangan sumber daya manusia sejak dini guna meningkatkan mutu manusia di masa yang akan datang (Saepudin, 2017). Oleh karena

itu, kegiatan penyuluhan dan pelatihan terhadap kader sangat penting dengan tujuan dapat mengajak masyarakat untuk hidup sehat. Salah satu upaya untuk berperilaku hidup sehat yaitu dengan mengonsumsi makanan beragam. Makanan beragam dapat diperoleh dengan murah, bahkan dengan tanaman di pekarangan/lahan rumah sendiri. Oleh karena itu, pemanfaatan lahan/pekarangan rumah menjadi kebun TOGA dan kebun gizi merupakan salah satu cara untuk mencapai ketahanan pangan sehingga masyarakat memiliki asupan dan status gizi yang baik.

Kebun gizi merupakan upaya pemenuhan kebutuhan buah dan sayur dengan memanfaatkan lahan pekarangan (Kurniasih dan Adianto, 2017). Sedangkan kebun TOGA merupakan upaya budidaya tanaman obat keluarga yang juga sama-sama memanfaatkan lahan pekarangan.



Gambar 1. Pemberian Materi tentang Jenis, Kandungan Gizi, dan Manfaat Tanaman Kepada Kader Posyandu Kartini II

Pelaksanaan kegiatan pelatihan pembuatan kebun gizi dan kebun TOGA pada hari pertama diawali dengan pengenalan tim pelatihan, kemudian dilanjutkan pemberian materi kepada kader Posyandu Kartini II. Materi yang diberikan adalah tentang jenis tanaman, kandungan gizi, dan manfaatnya bagi pemenuhan kebutuhan

gizi serta peningkatan kualitas dan kuantitas ASI. Selanjutnya kader memilih dan menanam sayur, buah, dan tanaman obat. Kader posyandu memiliki peran yang sangat besar, sebab kader Posyandu yang secara langsung berhadapan dengan berbagai masalah kesehatan yang dihadapi oleh masyarakat. Oleh karena itu, diharapkan kader Posyandu mampu menjadi pendorong, motivator, dan membantu masyarakat dalam mobilisasi sumber daya masyarakat (Dikson dkk., 2017).



Gambar 2. Kegiatan Menanam Tanaman oleh Ibu Balita

Pelaksanaan kegiatan pada hari kedua diikuti oleh ibu balita yang didampingi oleh kader posyandu Kartini II. Ibu balita juga memiliki peran yang tidak kalah penting dan sangat dibutuhkan dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita. Pengetahuan dan keterampilan ibu yang memadai mampu membentuk pola makan yang baik pada anak, menciptakan suasana yang menyenangkan, dan mampu menyajikan makanan yang menarik dan bervariasi dalam memenuhi kebutuhan gizi balitanya (Yendi dkk., 2017). Selain itu, peran ibu juga sangat dibutuhkan dalam pemenuhan ASI eksklusif bagi bayi. Kegiatan yang dilaksanakan sama dengan hari pertama, yaitu diawali dengan pengenalan tim pelatihan, pemberian materi tentang jenis, kandungan gizi, dan manfaatnya bagi pemenuhan kebutuhan gizi serta peningkatan kualitas dan kuantitas ASI.

Kemudian dilanjutkan dengan memilih dan menanam sayur, buah, dan tanaman obat pada tempat yang telah disediakan. Sayur, buah, dan tanaman obat yang telah ditanam kemudian ditempel dengan stiker yang berisi penjelasan terkait nama tanaman, kandungan, dan manfaatnya.

Selama proses pelatihan, kader posyandu Kartini II dan ibu balita sangat antusias mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir pelatihan. Peserta pelatihan aktif bertanya apabila ada sesuatu yang tidak dimengerti.



Gambar 3. Kebun Gizi dan Kebun TOGA

Output dari kegiatan ini yaitu terciptanya kebun gizi dan kebun TOGA dengan jenis tanaman yang lebih lengkap dari kebun milik Posyandu Kartini II sebelumnya, sehingga dapat digunakan oleh masyarakat. Keberadaan kebun gizi dan kebun TOGA juga mampu meningkatkan pengetahuan kader dan ibu balita tentang manfaat sayur dan buah sebagai upaya dalam pemenuhan gizi seimbang di kehidupan sehari-hari, serta manfaat tanaman obat yang mampu meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI sehingga ASI eksklusif dapat tercapai. Selain itu, keberadaan kebun gizi dan kebun TOGA di posyandu Kartini II diharapkan dapat dicontoh dan diterapkan oleh

masyarakat untuk memanfaatkan lahan pekarangan rumahnya sendiri sebagai pemenuhan kebutuhan gizi keluarga khususnya balita dengan menanam sayur, buah, dan tanaman obat.

Kegiatan kebun gizi membentuk perilaku masyarakat utamanya balita dalam peningkatan konsumsi buah dan sayur yang bervariasi. Selain itu, manfaat lain dari adanya kebun gizi adalah masyarakat mampu menghemat biaya pengeluaran rumah tangga, meningkatkan nilai ekonomi dengan penjualan bibit tanaman secara langsung dan menciptakan harmoni sosial (Kurniasih dan Adianto, 2017).

Kegiatan kebun TOGA merupakan suatu upaya pembudidayaan tanaman obat yang memiliki manfaat sebagai obat dalam rangka memenuhi kebutuhan keluarga akan obat-obatan. Pemanfaatan lahan pekarangan menjadi kebun TOGA tidak membutuhkan perawatan khusus sehingga mudah dilakukan oleh setiap masyarakat (Sari dan Astuti, 2020)

SIMPULAN

Secara keseluruhan kegiatan pelatihan pembuatan kebun gizi dan kebun TOGA yang dilakukan di wilayah Posyandu Kartini II, Dusun Krajan II, Desa Lempeni, Kecamatan Tempeh, Kabupaten Lumajang berjalan dengan baik dan berhasil. Hal ini ditunjukkan dengan antusias kader dan ibu balita dalam mengikuti kegiatan awal hingga akhir pelatihan. Selain itu kader dan ibu balita mampu mengenali jenis tanaman dan manfaatnya, serta mampu menanam tanaman dengan baik. Kegiatan pelatihan ini juga mampu menciptakan kebun gizi dan kebun TOGA dengan jenis tanaman yang lebih dari kebun TOGA yang sudah ada sebelumnya milik Posyandu Kartini II. Selanjutnya, diharapkan kader

posyandu dan ibu balita mampu memanfaatkan kebun gizi dan kebun TOGA secara optimal, dan menerapkannya di lahan pekarangan rumah masing-masing.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi; Politeknik Negeri Jember; serta Posyandu Kartini II, Dusun Krajan II, Desa Lempeni, Kabupaten Lumajang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dibiayai oleh DIPA Direktorat Sumber Daya, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi Tahun Anggaran 2021 dengan Nomor SP DIPA-023.17.1.690439/2021 Tanggal 23 November 2020 (Revisi ke 04 tanggal 4 Juni 2021)

DAFTAR PUSTAKA

- Amrudin and Iqbal, M. (2018) 'Pemanfaatan Lahan Pekarangan Sebagai Upaya Pemenuhan Kebutuhan Keluarga Desa Kanjilo Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa', *Jurnal Ziraah*, 43(1), pp. 70–76.
- Ayuningtyas, Jatmika, Y. (2020) 'Peningkatan Gizi Keluarga melalui Kebun Sayur', *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1).
- Dikson, Suprojo and Adiwidjaja (2017) 'Peran Kader Posyandu Terhadap Pembangunan Masyarakat', *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 6(1).
- Fitri (2018) 'Hubungan BBLR dan ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Lima Puluh Pekanbaru', *Jurnal Endurance*, 3(1), pp. 131–137.
- Kemenkes RI (2017) '100 Kabupaten/Kota Prioritas Untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting)', in. Jakarta.
- Kemenkes RI (2018) 'Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia', in *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*. Jakarta.
- Kurniasih and Adianto (2017) 'Kebun Gizi Sebagai Strategi Berbasis Masyarakat Untuk Memenuhi Kebutuhan Konsumsi', *Berita Kedokteran Masyarakat*, 34(2).
- Kurniasih and Adianto (2017) 'Kebun Gizi Sebagai Strategi Berbasis Masyarakat untuk Memenuhi Kebutuhan Konsumsi', *Berita Kedokteran Masyarakat*, 34(2), pp. 93–97.
- Laswati, D. (2017) 'Masalah Gizi dan Peran Gizi Seimbang', *Agrotech*, 2(1).
- Saepudin, E. (2017) 'Peran Posyandu Sebagai Pusat Informasi Kesehatan Ibu dan Anak', *Record and library journal*, 3(2).
- Sari and Astuti, M. (2020) 'Pemberdayaan Masyarakat Untuk Meningkatkan Kesehatan Secara Mandiri Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di RW 2 Kelurahan Balasklumprik', *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1).
- Yendi, Eka and Maemunah (2017) 'Hubungan Antara Peran Ibu dalam Pemenuhan gizi Anak dengan Status Gizi Anak Prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan 2 Tlogomas Kota Malang', *Nursing News*, 2(2).