

**PENYULUHAN DAPUR SEHAT ( DASHAT ) UNTUK PENCEGAHAN  
STUNTING DI DESA JAGAN**

**Iin Indawati<sup>1</sup>, Didin Ahidin<sup>1\*</sup>, Bayu Pamungkas<sup>1</sup>,**

**Sidik Lingga Kusuma<sup>1</sup>, Rinto Susilo<sup>1</sup>**

Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon

Email : [didin.apt@gmail.com](mailto:didin.apt@gmail.com)

**ABSTRAK**

Stunting merupakan suatu kondisi dimana anak mengalami gangguan pertumbuhan, sehingga tinggi badan anak tidak sesuai dengan usianya, sebagai akibat dari masalah gizi kronis yaitu kekurangan asupan gizi dalam waktu yang lama. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga, ibu hamil, ibu yang memiliki balita, dan calon pengantin mengenai stunting dengan program kerja kami yaitu dapur sehat (DASHAT) yang dilaksanakan di dusun rejosari desa jagan pada tanggal 12 sampai 28 maret 2022 pukul : 15.00 s/d 17.00 WIB dengan mengambil sampel sebanyak 6 rumah di dusun rejosari Dengan menggunakan metode secara langsung diakhiri dengan diskusi. Hasil dari program kerja kami yang telah dilaksanakan mendapat respon baik dari ibu rumah tangga, ibu hamil, ibu yang memiliki balita, dan calon pengantin.

**Kata kunci :** Stunting, dapur sehat, pencegahan, balita

**ABSTRACT**

*Stunting is a condition where a child experiences growth disorders, so that the child's height does not match his age, as a result of chronic nutritional problems, namely lack of nutritional intake for a long time. The aim of this research is to increase the knowledge of housewives, pregnant women, mothers with toddlers, and brides-to-be regarding stunting with our work program, namely a healthy kitchen (DASHAT) which will be implemented in the Rejosari hamlet, Jagan village from 12 to 28 March 2022 at : 15.00 to 17.00 WIT by taking a sample of 6 houses in Rejosari hamlet. Using the direct method, it ends with a discussion. The results of our work program that have been implemented have received a good response from housewives, pregnant women, mothers with toddlers, and prospective brides and grooms.*

**Keywords :** Stunting; healthy kitchen ; prevention; toddler

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu kondisi dimana anak mengalami gangguan pertumbuhan, sehingga tinggi badan anak tidak sesuai dengan usianya, sebagai akibat dari masalah gizi kronis yaitu kekurangan asupan gizi dalam waktu yang lama. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang standar antropometri penilaian status gizi anak, stunting atau pendek ialah status gizi yang didasarkan pada indeks tinggi badan menurut umur (TB/U) dengan zscore kurang dari -2 SD (standar deviasi). Stunting bukan hanya masalah gangguan pertumbuhan fisik saja, namun juga mengakibatkan anak menjadi mudah sakit, selain itu juga terjadi gangguan perkembangan otak dan kecerdasan, sehingga stunting menjadi ancaman besar terhadap kualitas sumber daya manusia di Indonesia ([Arroh Manita et al., n.d.](#)).

Berdasarkan data Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021, prevalensi stunting saat ini masih berada pada angka 24,4 persen atau 5,33 juta balita. Prevalensi stunting ini telah mengalami penurunan dari tahun-tahun sebelumnya. Akan tetapi, Presiden RI Joko Widodo menargetkan angka stunting turun menjadi 14 persen di tahun 2024. Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (Menko PMK) Muhamdijir Effendy mengatakan, untuk mencapai target 14 persen, maka setiap tahunnya perlu terjadi penurunan sekitar 3 persen ([Arroh Manita et al., n.d.](#)).

Gizi pada balita perlu mendapatkan perhatian yang lebih karena salah satu penyebab kematian balita yang cukup tinggi yaitu keadaan gizi yang buruk. Dari data WHO (World Health Organization) tahun 2013 menunjukkan bahwa di Afrika jumlah anak usia 0-59 bulan yang mengalami gizi kurang sebesar 17,8%, sedangkan di Asia Tenggara sebesar 19,3% ([M. Trihudiyatmanto et al., 2022](#)).

Penurunan stunting penting dilakukan sedini mungkin untuk menghindari dampak jangka panjang yang merugikan seperti terhambatnya tumbuh kembang anak. Stunting mempengaruhi perkembangan otak sehingga tingkat kecerdasan anak tidak maksimal. Hal ini berisiko menurunkan produktivitas pada saat dewasa. Stunting juga menjadikan anak lebih rentan terhadap penyakit. Anak stunting berisiko lebih tinggi menderita penyakit kronis di masa dewasanya. Bahkan, stunting dan berbagai bentuk masalah gizi diperkirakan berkontribusi pada hilangnya 2-3% Produk Domestik Bruto (PDB) setiap tahunnya ([Sufi & Marta Efastri, 2023](#)).

Dampak jangka pendek stunting dapat menyebabkan mortalitas, morbiditas, dan disabilitas pada anak. Sedangkan dampak jangka panjang dapat menyebabkan gangguan pertumbuh pada saat dewasa, rendahnya perkembangan kemampuan kognitif, produktivitas ekonomi, penampilan reproduksi, penyakit metabolic dan kardiovaskuler ([Arroh Manita et al., n.d.; Sufi & Marta Efastri, 2023](#)).

Hasil yang diharapkan dengan keberadaan DASHAT selain terpenuhinya kebutuhan gizi anak stunting, bumil/busui dan keluarga risiko stunting, juga diperolehnya pengetahuan dan keterampilan penyiapan pangan sehat dan bergizi berbasis sumber daya lokal. Selain itu meningkatnya kesejahteraan keluarga, melalui keterlibatannya dalam kelompok usaha keluarga/masyarakat yang berkelanjutan ([Arroh Manita et al., n.d.](#)).

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut kami selaku mahasiswa dan dosen pendamping lapangan melaksanakan kegiatan kuliah kerja nyata di Desa Jagan Kecamatan Bendosari Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah, melakukan sosialisasi terhadap masyarakat dengan tema “Penyuluhan Dapur Sehat (Dashat) Untuk Mencegah Stunting”.

## BAHAN DAN METODE

Pengabdian yang dilakukan kepada masyarakat pada kegiatan ini berupa penyuluhan kesehatan dengan tema “Penyuluhan Dapur Sehat (Dashat) Untuk Mencegah Stunting”. Media yang digunakan adalah laptop, alat tulis dan alat kebersihan. Penyuluhan ini kami lakukan di Dusun Rejosari desa jagan pada tanggal 12 sampai 28 maret 2022 pukul: 15.00 s/d 17.00 WIB dengan mengambil sampel sebanyak 6 rumah di Dusun Rejosari.

## HASIL

Hasil dari program kerja kami yang telah dilaksanakan dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 12 Agustus hingga hari Jumat 23 Agustus 2024. Pada pukul 15.00 -17.00 WIB dengan mengambil sampel sebanyak 6 rumah di Dusun Rejosari dengan menggunakan metode secara langsung diakhiri dengan diskusi. mendapat respon baik dari ibu rumah tangga, ibu hamil, ibu yang memiliki balita, dan calon pengantin.

## PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu bagian dari tri dharma perguruan tinggi, Mahasiswa melaksanakan pengabdian kepada masyarakat yang diawali dengan melaksanakan analisis situasi, analisis kebutuhan dan pengumpulan data di desa jagan, kemudian dilanjutkan dengan penyusunan program kerja yang sesuai dengan hasil pengkajian dan analisi yang telah dilaksanakan. Berdasarkan hasil observasi tersebut, mahasiswa menemukan beberapa point penting yang dapat digunakan sebagai kunci. Saya dan Kelompok kkn saya membuat program kerja yang termasuk dalam pengabdian kepada masyarakat yang disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat di desa jagan tepatnya di dusun rejosari. Program kerja yang difokuskan dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah berkaitan dengan Kesehatan terlebih dalam pencegahan stunting. Hal ini sesuai dengan lokus stunting Kabupaten sukoharjo tertera pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Edukasi dan Pelaksanaan Dapur Sehat (DASHAT)

Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh saya dan teman kelompok kkn MAs kelompok 38. Dilakukan di desa jagan Kabupaten sukoharjo bertempat di dapur warga dusun rejosari. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 12 Agustus hingga hari jumat 23 Agustus 2024. Pada pukul 15.00 -17.00 WIB Peserta dalam kegiatan ini adalah ibu rumah tangga, ibu hamil, ibu yang memiliki balita, dan calon pengantin. Kegiatan ini di awali dengan edukasi dapur sehat untuk mencegah stunting selanjutnya penilaian indikator dapur sehat yaitu Bangunan rapat serangga,Kesediaan ventilasi dapur, Kesediaan ruang penyimpanan makanan dengan ventilasi yang baik, Kelembaban udara, Pencahayaan yang cukup yang tertera pada Gambar 2.



**Gambar 2.** Penjelasan Pencegahan Stunting dengan Program Kerja Dapur Sehat

Terakhir kami membersihkan indikator yang kami nilai agar bisa membandingkan sebelum dan sesudah di bersihkan dan hasilnya dari 6 dapur di desa jagan tepatnya dusun rejosari dengan target ibu rumah tangga, ibu hamil, ibu yang memiliki balita, dan calon pengantin dan mereka sangat puas atas edukasi dan praktik dapur sehat dalam pencegahan stunting yang tertera pada Gambar 3.



**Gambar 3.** Pelaksanaan Pembersihan Indikator Dapur Sehat

Hasil dari program kerja kami yang telah dilaksanakan dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 12 Agustus hingga hari Jumat 23 Agustus 2024. Pada pukul 15.00 - 17.00 WIB dengan mengambil sampel sebanyak 6 rumah di Dusun Rejosari dengan menggunakan metode secara langsung diakhiri dengan diskusi. mendapat respon baik dari ibu rumah tangga, ibu hamil, ibu yang memiliki balita, dan calon pengantin.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil di atas saya dan kelompok kkn MAs kelompok 38 melakukan edukasi dapur sehat untuk mencegah stunting dan melibatkan para calon ibu, pasangan dan para ibu yang mempunyai balita ataupun anak yang mana kegiatan tersebut kami adakan untuk mencegah bahaya stunting dan menambah wawasan bagi calon ibu untuk mengantisipasi terlahirnya bayi stunting dan memberikan wawasan agar calon ibu dan pasangan yang sudah mempunyai anak umur 0 - 59 bukan lebih peduli tentang kesehatan anak dan masyarakat memberikan respon baik terhadap program kerja kkn MAs yang dilaksanakan di Dusun Rejosari Desa Jagan.

Melanjutkan program kerja kami tentang dapur sehat untuk pencegahan stunting pada balita di Dusun Rejosari, Desa Jagan dengan pelatihan yang telah diberikan dan memberikan materi baru lainnya seputar stunting untuk pecengahan terlahirnya bayi yang kekurangan gizi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami selaku mahasiswa KKNMAs Kelompok 38 yang bertempatkan di Desa Jagan mengucapkan terima kasih kepada Panitia Penyelenggara KKNMAs Universitas Muhammadiyah Surakarta sebagai tuan rumah yang telah memberikan kesempatan kami dalam pengabdian secara langsung kepada masyarakat dan juga kepada masyarakat Desa Jagan terkhusus Ibu dan bapak di Desa Jagan tepatnya di Dusun Rejosari yang telah bersedia atas berjalannya program kerja kami, kami ucapkan Terima kasih.

## DAFTAR PUSTAKA

Arroh Manita, Y., Nauval Akbar, P., Rahman, M. F., Rosanti, I., & Rahayu, C. D. (n.d.).

*OPTIMALASI KADER DASHAT (DAPUR SEHAT STUNTING) UNTUK  
PENGENDALIAN STUNTING.*

<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>

M. Trihuyatmanto, Anisa Putri Juliani, Ayu Septia Ninda, Rizki Andrian Syah, Rian Nur Arifin, Teguh Cahyono, Muhammad Fikri, Kholid Khudlori, Fitriyani, Mohammad Khafidul Furqon, I'anatul Baroroh, Najib Alfarizi, Heri Purwanto, & M. Elfan Kaukab. (2022). Penyuluhan Dapur Sehat Untuk Pencegahan Stunting Di Dusun Cabe

Lor Desa Srumbung Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1.*

Sufi, W., & Marta Efastri, S. (2023). Edukasi Program Dapur Sehat Atasi Stunting (Dashat) untuk Meningkatkan Status Gizi Masyarakat. *Sean Marta Efastri Journal of Human And Education, 3(2)*, 306–309.

