



PELATIHAN METODE CILUKBA (CIUM, PELUK, ASUPAN) UNTUK MENCEGAH STUNTING DI KELUHAN KUBU MARAPALAM KECAMATAN PADANG TIMUR KOTA PADANG

Nila Eza Fitria*, Delvi Hamdayani, Armein Syahid, Firdaus

STIKes Mercubaktijaya Padang, Surau Gadang, Kec. Nanggalo, Kota Padang, Sumatera Barat 25173, Indonesia

*nila.ezafitri@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu permasalahan utama di Indonesia. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 yang dilaksanakan Kementerian Kesehatan, angka prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 24,4%. Upaya pemerintah Indonesia dalam menurunkan angka stunting dapat dilihat dari dikeluarkannya Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting yang dijadikan payung hukum bagi Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting yang telah dilaksanakan sejak tahun 2018. Strategi nasional tersebut bertujuan untuk meningkatkan kualitas persiapan kehidupan berkeluarga, menjamin pemenuhan asupan gizi anak, memperbaiki pola asuh, meningkatkan akses dan mutu pelayanan kesehatan, serta meningkatkan kualitas air minum dan sanitasi. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan kader tentang upaya pencegahan stunting melalui metode CILUKBA (Cium, Peluk dan Asupan). Metode Kegiatan ini dilakukan edukasi tentang pencegahan stunting dan menu makanan bergizi untuk anak kepada ibu-ibu balita oleh tim pengabdian dan kader yang sudah dilatih pada kegiatan pertama serta pola asuh, asih dan asah terhadap anak dalam menstimulasi tumbuh kembang anak.

Kata kunci: kader tp-pkk; metode cilukba; stunting

TRAINING OF THE CILUKBA METHOD (KISS, Hug, INTAKE) TO PREVENT STUNTING IN KUBUHARAN KUBU MARAPALAM, PADANG DISTRICT EAST PADANG CITY

ABSTRACT

Stunting is one of the main problems in Indonesia. Based on the results of the Indonesia Nutrition Status Survey (SSGI) in 2021 conducted by the Ministry of Health, the stunting prevalence rate in Indonesia in 2021 is 24.4%. The effort of Indonesian's government to reduce stunting can be seen from the issuance of Presidential Regulation Number 72 of 2021 concerning the Acceleration of Stunting Reduction becoming the legal umbrella for the National Strategy for Accelerating Stunting Reduction that implemented since 2018. The national strategy aims to improve the preparation quality for family life, ensuring fulfillment of children's nutritional intake, improving parenting patterns, improving the access and quality of health services, and improving the quality of drinking water and sanitation. The purpose of this activity is to increase the knowledge of cadres about stunting prevention efforts through the CILUKBA (Kiss, Hug and Intake) method. This activity was carried out by providing education about stunting prevention and nutritious food menus for children to mothers of toddlers by a team of service and cadres who had been trained in the first activity as well as parenting, compassion and honing patterns for children in stimulating children's growth and development.

Keywords: cilukba method; stunting; tp-pkk cadre

PENDAHULUAN

Masalah stunting merupakan salah satu permasalahan gizi yang dihadapi dunia khususnya di negara-negara miskin dan berkembang. Stunting menjadi permasalahan kesehatan karena berhubungan dengan resiko terjadinya kesakitan dan kematian, perkembangan otak suboptimal sehingga perkembangan motorik terlambat dan terhambatnya perkembangan mental (Ariati, 2019).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak berusia di bawah lima tahun (balita) akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Periode 1000 HPK merupakan periode pertumbuhan dari janin hingga anak berusia 24 bulan. Anak dikategorikan mengalami stunting apabila tinggi badannya berada di bawah minus dua standar deviasi panjang atau tinggi anak seumurnya (UNICEF, WHO 2018). Penyebab stunting bersifat multidimensional, tidak hanya kemiskinan dan akses pangan tetapi juga pola asuh dan pemberian makan pada balita. Stunting disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, infeksi berulang dalam jangka waktu lama dan kurangnya stimulasi psikososial sejak di dalam kandungan dan setelah dilahirkan. Tidak hanya faktor spesifik gizi, tetapi juga faktor sensitif gizi yang berinteraksi satu dengan lainnya.

Kelurahan Kubu Marapalam merupakan salah satu kelurahan yang berada di kecamatan Padang Timur Kota Padang. Luas wilayah kelurahan Kubu Marapalam adalah sekitar 68,32 Ha atau sama dengan 0,80 Km² dengan jumlah penduduk sekitar 4733 orang yang bertempat tinggal di 8 Rukun Warga (RW) dan 26 Rukun Tetangga (RT). Penduduk Kelurahan Kubu Marapalam terdiri dari 90% lebih beragama Islam dan sisanya beragama Non Islam. Pada umumnya pekerjaan penduduk yang berada di Kelurahan Kubu Marapalam bekerja sebagai karyawan swasta selain itu ada juga yang bekerja di beberapa bidang pekerjaan lainnya seperti pegawai negeri sipil (PNS). Dengan rata-rata tingkat ekonomi masyarakat menengah kebawah, dan masih ada masyarakat yang tergolong kurang mampu di kelurahan Kubu Marapalam (Data Kelurahan Kubu Marapalam tahun 2021).

Berdasarkan hasil survey dan wawancara yang sudah dilakukan dengan salah satu bidan Pembina wilayah dan juga sebagai ketua Tim Penggerak Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (TP-PKK) di kelurahan Marapalam, diperoleh informasi bahwa kegiatan TP PKK Kelurahan Kubu Marapalam kurang berjalan efektif selama ini dikarenakan kader-kader tim penggerak kegiatan ini belum pernah mendapatkan pelatihan dan karena kondisi pandemi covid-19 dalam dua tahun ini tidak jalan sama sekali. Pada saat ini banyak kader-kader dalam pelaksanaan program TP PKK ini yang tidak aktif lagi. Sejak kegiatan TP PKK tidak jalan, muncullah kasus atau kejadian stunting di kelurahan Kubu Marapalam. Terdapat 4 orang kasus balita yang mengalami stunting dan 2 orang dengan masalah gizi buruk.

Menurut bidan pembina wilayah, permasalahan stunting di kelurahan Kubu Marapalam diduga karena belum adanya sosialisasi tentang pencegahan stunting baik pada ibu hamil maupun kepada ibu-ibu yang mempunyai bayi balita. Oleh sebab itu pengetahuan keluarga kurang tentang asupan makanan untuk anak. Masalah lain juga disebabkan karena pola pengasuhan orang tua yang salah yaitu kualitas waktu pengasuhan ibu terhadap anak yang kurang cukup sehingga tumbuh kembang anak menjadi terganggu.

Pelatihan metode CILUKBA belum pernah dilakukan di kelurahan Marapalam sehingga dirasa perlu diberikan tentang pengetahuan bagaimana pemberian pola asuh, pola asah dan pemberian

asupan makanan yang bergizi pada balita sehingga tumbuh kembangnya menjadi baik dan dapat dijadikan sebagai salah satu upaya untuk mencegah dan menurunkan angka kejadian stunting khususnya di daerah kelurahan Kubu Marapalam. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan kader tentang upaya pencegahan stunting melalui metode CILUKBA (Cium, Peluk dan Asupan).(Ikhtiar:2022)

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa tentang pelatihan metode cilukba (cium, peluk, asupan) untuk mencegah stunting di kelurahan kubu marapalam ini telah dilakukan mulai dari tanggal 15 September - 26 September 2022. Adapun pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini di Aula kantor kelurahan Kubu Marapalam Kecamatan Padang Timur Kota Padang dan di Rumah Gizi yang ada di lingkungan Puskesmas Parak Karakah. Sasaran pada kegiatan ini adalah Kader posyandu dan Ibu balita yang mengalami masalah gizi di kelurahan Kubu Marapalam. Tim menghubungi mitra untuk mendiskusikan waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tersebut sesuai solusi yang ditawarkan kepada mitra dari permasalahan yang ada. Setelah ditentukan dan disepakati hari untuk pelaksanaan kegiatan, maka tim mengundang pihak-pihak terkait untuk kelancaran pelaksanaan kegiatan.

Kegiatan pertama yang dilakukan adalah berkoordinasi bersama bidan pembina wilayah dan kelurahan Kubu Marapalam dan ketua TP-PKK dengan membentuk kembali kader-kader yang baru, dikarenakan kader yang lama sudah banyak yang tidak aktif karena beberapa kesibukan. Maka berdasarkan koordinasi tersebut terbentuklah kader yang baru pada tanggal 6 September 2022 dengan jumlah 26 orang. Pada hari kamis tanggal 15 september 2022 tim pengabdian memberikan pelatihan pertama kepada kader-kader tersebut sebagai upaya pencegahan stunting salah satunya dengan metode CILUKBA. Sebelum pelatihan dimulai, dilakukan pre test untuk melihat pengetahuan kader tentang stunting dan upaya pencegahannya dan setelah kegiatan pelatihan berakhir tim kembali melakukan post tes untuk menilai keberhasilan dari kegiatan tersebut.

Pelatihan kepada kader-kader posyandu ini dengan memberikan materi terkait metode CILUKBA yaitu penggabungan metode pola asuh, asah, asih dan pemberian asupan makanan bergizi yang dimulai sejak dini yaitu dari remaja, wus, dan yang terpenting kepada ibu hamil yang menjadi target utama dalam upaya pencegahan stunting ini. Kemudian ibu-ibu kader dilatih keterampilannya dalam menyusun menu gizi seimbang (isi piringku) sesuai kebutuhan ibu hamil dan bayi balita sesuai usianya. Setelah itu diakhir kegiatan disepakati untuk membentuk kelompok kader ibu cerdas kreatif (Mpok Certif) untuk ibu hamil dan ibu balita. Pada kegiatan ini juga disampaikan oleh ketua TP-PKK untuk mengaktifkan kembali kegiatan-kegiatan yang selama covid-19 banyak yang tertunda.

Kegiatan kedua setelah beberapa hari sesuai kontrak waktu dengan mitra dilakukan penyuluhan kepada ibu-ibu yang mempunyai balita yang bermasalah dengan gizi tentang metode CILUKBA, didampingi oleh ibu-ibu kader posyandu. Kegiatan ini dihadiri oleh 15 orang ibu balita yang bermasalah dengan gizi dan 11 orang kader posyandu sebagai pendamping. Tim pengabdian dan kader memberikan penyuluhan pada ibu balita bagaimana pola pengasuhan pada anak, tentang makanan yang bergizi dan menu gizi seimbang serta melakukan edukasi bagaimana menu untuk anak sesuai usia dan pengolahan makanannya dalam upaya pencegahan stunting dengan stimulasi tumbuh kembang melalui pola asah, asih dan asuh. Sebelum pelaksanaan kegiatan ini untuk

mengukur pengetahuan mitra dilakukan pre test dengan membagikan kuisioner terlebih dahulu dan sesudah dilaksanakan kegiatan dilakukan post tes lagi untuk melihat pengetahuan mitra sudah bertambah atau belum.

Setelah kegiatan pertama dan kedua selesai dilakukan, tim pengabdian bersama bidan pembina wilayah yang bergerak sebagai ketua TP-PKK Kubu Marapalam membuat Pojok Tumbang yang berguna untuk mendeteksi secara dini kelainan tumbuh kembang anak melalui DDTK pada balita. Hasil evaluasi dari kegiatan pertama pengabdian masyarakat, bahwa peserta pelatihan yaitu ibu-ibu kader posyandu dan ibu balita sangat antusias mengikuti rangkaian kegiatan yang dilakukan, mereka mengikuti arahan yang sudah diberikan dan antusias dalam menjawab pertanyaan. Kader-kader posyandu dan ibu balita juga sudah bisa menyusun menu makanan gizi seimbang untuk ibu hamil, dan bayi balita sesuai usianya dengan memperhatikan apa yang harus ada dalam isi piring. Evaluasi dari kegiatan yang kedua, ibu-ibu yang mempunyai bayi balita sangat antusias mengikuti kegiatan tersebut. Banyak yang bertanya dan berbagi pengalaman terkait pola asuh, asih, asah dan tentang asupan makanan yang tepat dan bergizi untuk anak-anak mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dua kali yaitu pada hari jum,at tanggal 15 september 2020 di Aula kelurahan Kubu Marapalam dengan sasaran kade-kader posyandu yang hadir sebanyak 23 orang dari 24 orang dan hari senin tanggal 26 September 2022 di rumah gizi lingkungan Puskesmas Parak Karakah dengan sasaran ibu-ibu yang mempunyai bayi balita dengan masalah gizi kurang dengan jumlah 15 orang. Hasil dari kegiatannya adalah sebagai berikut :

Tabel 1.

Hasil Pre Test dan Post Test Pengetahuan Peserta Pada Pelaksanaan Pengabdian tentang metode CILUKBA untuk pencegahan Stunting

Kategori Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	f	%	f	%
Tinggi	9	39,1	22	95,6
Rendah	14	60,8	1	4,4

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil pre test sebagian kecil yaitu 39,1% Kader sudah mengetahui tentang stunting tetapi setelah dilakukan pelatihan metode CILUKBA untuk pencegahan stunting semua peserta pelatihan Kader-kader Posyandu TP-PKK semakin paham tentang upaya pencegahan stunting dan sangat mudah untuk dilakukan dengan rasa kasih sayang melalui cium, peluk dan perhatikan asupan makanan bergizi sesuai usia pengetahuan meningkat yaitu 95,6%.

Tabel 2.

Hasil Pre Test dan Post Test Keterampilan Peserta dalam penyusunan Menu Makanan Bergizi pada Pelaksanaan Pengabdian tentang Metode CILUKBA untuk Pencegahan Stunting

Kategori Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	f	%	f	%
Tinggi	6	26,0	21	91,3
Rendah	17	73,9	1	4,3

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil pre test keterampilan peserta dalam menyusun menu makanan bergizi masih rendah yaitu 73,9% dan setelah mengikuti pelatihan penyusunan menu hampir semua peserta pengetahuan dan keterampilannya meningkat menjadi 91,3%. Pada pelatihan ini peserta yang terdiri dari Kader dan Ibu yang mempunyai balita dengan masalah gizi diajari manfaat pola asah, asih dan asuh yang benar serta asupan makanan bergizi sesuai dengan usia anak. Peserta juga diberitahu tentang manfaat pola pengasuhan misalnya selalu memberikan ciuman dan pelukan kepada anak sebagai wujud kasih sayang yang dapat menimbulkan rasa aman dan bahagia pada anak sehingga pada saat anak makan penyerapan makanan lebih baik dan tumbuh kembang anak juga akan semakin baik. Untuk keterampilan penyusunan menu makanan bergizi, peserta diajarkan untuk memanfaatkan bahan-bahan alamiah yang tumbuh ada di alam dan dapat ditanam dilingkungan sekitar serta mempunyai nilai gizi yang tinggi dengan harga terjangkau dan mudah didapatkan. Kepada peserta juga ditekankan pada pelatihan ini untuk memperhatikan cara pengolahan, dan penyajian makanan agar sesuai dengan kebutuhan anak dan juga agar kelihatan lebih menarik. Selain trampil dalam menyusun menu makanan hal yang harus diperhatikan oleh ibu balita adalah cara mengolah makanan untuk anak, dan cara penyajiannya supaya lebih menarik dan dapat meningkatkan nafsu makan anak.

Untuk keterampilan penyusunan menu makanan bergizi, peserta diajarkan untuk memanfaatkan bahan-bahan alamiah yang tumbuh ada di alam dan dapat ditanam dilingkungan sekitar serta mempunyai nilai gizi yang tinggi dengan harga terjangkau dan mudah didapatkan. Kepada peserta juga ditekankan pada pelatihan ini untuk memperhatikan cara pengolahan, dan penyajian makanan agar sesuai dengan kebutuhan anak dan juga agar kelihatan lebih menarik. Selain trampil dalam menyusun menu makanan hal yang harus diperhatikan oleh ibu balita adalah cara mengolah makanan untuk anak, dan cara penyajiannya supaya lebih menarik dan dapat meningkatkan nafsu makan anak. Berikut adalah dokumentasi dari kegiatan tersebut:





SIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta setelah dilakukan pelatihan metode CILUKBA sebagai upaya pencegahan stunting di kelurahan Kubu Marapalam. Diharapkan kader mampu menajalankan tugasnya dan mau bekerjasama dengan berbagai pihak terkait dalam upaya pencegahan stunting di kelurahan Kubu Marapalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Becker, F. G., Cleary, M., Team, R. M., Holtermann, H., The, D., Agenda, N., Science, P., Sk, S. K., Hinnebusch, R., Hinnebusch A, R., Rabinovich, I., Olmert, Y., Uld, D. Q. G. L. Q., Ri, W. K. H. U., Lq, V., Frxqwu, W. K. H., Zklfk, E., Edvhg, L. V, Wkh,(2018). Buku resep gizi seimbang pada balita. In *Syria Studies* (Vol. 7, Nomor 1).
- Kemntrian Kesehatan RI. (2020). Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak. In *Kemntrian kesehatan RI*. <https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/061918-sosialisasi-buku-kia-edisi-revisi-tahun-2020>
- Ariati LIP. *Faktor-Faktor Resiko Penyebab Terjadinya Stunting Pada Balita Usia 23-59 Bulan*. J Oksitosn Kebidanan. 2019;VI(1):28–37
- Profil dan data kelurahan Kubu Marapalam tahun 2021
- Ikhtiar, M., & Abbas, H. H. (2022). Pelatihan Metode Cilukba dalam Mencegah Kejadian Stunting pada Balita di Kelurahan Kalebajeng Kecamatan Bajeng Kabupaten Gowa. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 2(01), 01–08. <https://doi.org/10.53690/ipm.v2i01.60>
- Ikatan Dokter Anak Indonesia/IDAI. (2009). Air susu dan tumbuh kembang anak. Artikel. Diunduh dari: [http:// www.idai.or.id](http://www.idai.or.id) tanggal 19 Desember2009.
- Kemntrian Kesehatan RI. (2020). Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak. In *Kemntrian kesehatan RI*. <https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/061918-sosialisasi-buku-kia-edisi-revisi-tahun-2020>.
- Purnamasari Heni.dkk . *Pelatihan kader posyandu sebagai upaya pencegahan stunting pada balita di wilayah kerja puskesmas margadana* <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/26580/23991>.2020.
- Pendidikan, K., & Kebudayaan, D. A. N. (2016). *Buku resep*.