

# Naskah Artikel Jurnal Luluk Asmawati

*by Luluk Asmawati*

---

**Submission date:** 25-Sep-2023 07:46AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2175639777

**File name:** Luluk\_Asmawati\_untuk\_turnitin\_ke-4.docx (58.49K)

**Word count:** 4840

**Character count:** 30591

## PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMANFAATAN APLIKASI PRIMAKU DAN POLA PEMBERIAN MAKANAN BERGIZI

**Luluk Asmawati**

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa  
DOI:10.31004/obsesi.v7i4 Jurnal Obsesi:Jurnal PAUD. Vol. 7 Nomor 4. ID.

### **Abstrak**

Stunting merupakan permasalahan status gizi buruk pada balita sejak anak di dalam kandungan, disebabkan pola pemberian makanan bergizi dan kesehatan anak. Pemanfaatan aplikasi PrimaKu dapat membantu mendeteksi stunting pada anak. Tujuan penelitian untuk menganalisis pencegahan stunting melalui pemanfaatan aplikasi PrimaKu dan pola pemberian makan pada anak. Metode penelitian menggunakan survei analitik. Responden ibu yang memiliki anak balita berjumlah 197 orang. Pengumpulan data yaitu kuesioner *online*. Analisis data statistik deskriptif. Temuan-temuan penelitian: pencegahan stunting 88% sangat baik, pemanfaatan aplikasi PrimaKu 48% cukup, dan pola asuh pemberian makan 51% baik. Kesimpulan ibu telah mampu mencegah stunting untuk mencukupi kebutuhan nutrisi balita. Ibu dapat memilih produk pangan lokal di Kota Serang Provinsi Banten, misalnya labu kuning dan lele. Ibu mengolah, menyajikan aneka makanan olahan dengan bahan dasar labu kuning dan lele. Pemanfaatan aplikasi primaKu dan pola pemberian makan bergizi meningkat, memerlukan sosialisasi digital video, tik-tok, you tube, and instagram.

**Kata Kunci:** stunting; aplikasi PrimaKu; pola pemberian makanan bergizi

### **Abstract**

Stunting was a problem of poor nutritional status in toddlers since the child was in the womb, due to the pattern of providing nutritious food and the child's health. Using the PrimaKu application can help detect stunting in children. The research purpose was to analyze stunting prevention through use application, feeding patterns for children. The research method uses an analytical survey. There were 197 mother respondents who had children under five. Data collection was an online questionnaire. Descriptive statistical data analysis. Findings: 88% prevention of stunting was very good, use of application were 48% sufficient, and parenting patterns of feeding were 51% good. Conclusion: mothers had been able to prevent stunting to meet the nutritional needs of toddlers. Mothers can choose local food products in Serang City, Banten Province, for example yellow pumpkin and catfish. Mother processes, serves various processed foods with the basic ingredients of pumpkin and catfish. Utilization of the PrimaKu application and nutritional feeding patterns was increasing, requiring digital video, tiktok, youtube and instagram socialization.

**Keywords:** stunting; PrimaKu application; pattern of providing nutritious food

## 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% (E.Berk, 1989). Anak usia dini merupakan investasi sumber daya manusia untuk menyongsong Indonesia emas tahun 2045. Ada tujuh agenda prioritas Pembangunan Nasional. Salah agendanya yaitu sumber daya manusia yang sehat dan unggul. Sumber daya manusia perlu mendapatkan intervensi segera adalah pencegahan stunting. Indonesia menurunkan stunting 14% pada tahun 2024. Upaya ini melibatkan peran keluarga. Keluarga harus memperhatikan periode 1000 Hari Pertama Kelahiran sebagai upaya pencegahan stunting. Pencegahan stunting dapat dipantau melalui pemanfaatan aplikasi digital.

Aplikasi PrimaKu ini merupakan aplikasi kesehatan anak yang dikembangkan oleh Ikatan Dokter Anak Indonesia berkolaborasi dengan Kementerian Kesehatan RI sejak tahun 2017 (IDAI, 2018). Aplikasi ini resmi digunakan pada 23 Juli 2018 bertepatan dengan Hari Anak Nasional. Deskripsi fitur aplikasi dilengkapi dengan interpretasi dari hasil pemeriksaan pertumbuhan yang meliputi pemeriksaan tinggi, berat badan, lingkaran kepala, pemeriksaan perkembangan motorik halus dan kasar, sosial, bahasa, jadwal imunisasi, dan artikel pilihan menu makanan pendamping ASI (IDAI, 2022). Tujuannya untuk membangun anak sehat Indonesia, membantu orangtua memantau pertumbuhan dan perkembangan secara berkala dan berkelanjutan.

Pola pemberian makan adalah 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 harus mampu menyusun papan buletin menu makan setiap minggu, pengalaman sosial, lingkungan waktu makan, area makan, dan makan harus menyenangkan. Ibu memasangkan papan buletin mingguan berisi jadwal makan anak, resep masakan, camilan, dan menu mingguan. 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. Ibu diharapkan 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.

Penelitian ini berusaha menemukan novelty. Novelty dilakukan dengan cara menjangkau referensi ilmiah dan menghimpun metadata melalui mendeley desktop dilanjutkan

dengan aplikasi vos viewer untuk menyusun literatur review. Rumusan masalah penelitian ini meliputi: (1) mengapa peran keluarga sangat penting untuk pencegahan stunting?, (2) apakah ibu mampu memanfaatkan aplikasi PrimaKu untuk deteksi pertumbuhan dan perkembangan anak?, (3) bagaimana pola pemberian makan bergizi untuk pencegahan stunting? Berdasarkan pertanyaan tersebut diharapkan aplikasi PrimaKu dan pola pemberian makan dapat mencegah stunting pada balita. Berdasarkan riset gap tersebut maka pemecahan masalah penelitian ini dengan menggunakan aplikasi PrimaKu. Aplikasi ini belum banyak disosialisasikan kepada ibu-ibu yang memiliki balita. Edukasi aplikasi PrimaKu sangat penting untuk meningkatkan partisipasi ibu melakukan deteksi pertumbuhan dan perkembangan balita di rumah. Hasilnya diharapkan dapat memberikan bukti empirik yang menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu tentang stunting, pola pemberian makan untuk pencegahan stunting.

### Kajian Teoretik

Stunting adalah kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang-ulang selama masa 1000 Hari Pertama Kelahiran (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 eksklusif, 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 metabolisme yaitu anak mengalami gangguan pencernaan di dalam tubuhnya sehingga asupan makanan ke tubuh tidak memenuhi kebutuhannya. 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 antropometri (Kementerian Kesehatan RI, 2018); (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Standar antropometri terdapat di dalam aplikasi kesehatan anak PrimaKu.

PrimaKu adalah salah satu aplikasi yang 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 dapat melakukan pengisian data anak yaitu nama, berat, tinggi badan, tanggal lahir, jenis kelamin, dan tinggi badan orangtua. Selanjutnya ibu dapat melihat dan mendapatkan informasi tentang status gizi, jadwal imunisasi, kuesioner perkembangan anak, dan artikel kesehatan. Penggunaan 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 Ruhayana, 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.

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 emosional 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 pencernaan 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 polong atau 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 di atas 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 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 Almatier, 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, karbihidrat, 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 pencernaan 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 lancar.	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
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 <i>myelin</i> , menjaga kesehatan jantung dan sistem kekebalan 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	Sayuran hijau

Vitamin B1	0,5 mcg	jantung, menjaga kemampuan kognitif Kesehatan mata, pembentukan energi, menjaga fungsi otak, mencegah beri-beri, dan membantu mengendalikan 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 metabolisme 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	Membentuk sel darah merah dan neurotransmitter	Sayuran, daging, ikan, telur

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

### Metodologi

Metode penelitian ini yaitu survei analitik (Irawan, 2000). Desain langkah-langkah penelitian survei analitik yaitu: (1) rumusan masalah dan tujuan penelitian, (2) literature review, (3) penyusunan instrumen kuesioner, (4) menentukan populasi dan sampel, (5) pengambilan data responden, (6) dokumentasi dan pengolahan data hasil penelitian, (7) penyajian data dan analisis, (8) pelaporan hasil penelitian. Sampel berjumlah 197 ibu yang memiliki anak usia 0-5 tahun.

Teknik pengumpulan data yaitu kuesioner *online*. Analisis data dengan statistik deskriptif. 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 variabel pemanfaatan aplikasi PrimaKu yaitu: (1) tinggi badan balita, (2) berat badan balita, (3) lingkaran 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 variabel pencegahan stunting, pemanfaatan aplikasi primaKu, dan pola pemberian makanan bergizi.

### Hasil dan Pembahasan

#### Hasil Penelitian

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 table 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 sebanyak 73%. Kesimpulan jawaban semua responden dari instrumen 1-10 yaitu 88%, kriteria sangat baik.

Tabel 4. Pemanfaatan Aplikasi Primaku

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

Berdasarkan data hasil penelitian table 3 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 perempuan 49,4-50 cm, responden menjawab ya sebanyak 37%. Kesimpulan seluruh jawaban responden untuk instrumen 1-5 yaitu 48%, kriteria 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 table 4 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. 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.

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

Berdasarkan tabel di atas 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 memahami 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 PrimaKu sebagai deteksi pertumbuhan dan perkembangan anak untuk pencegahan stunting. Pencegahan stunting dengan mengetahui ukuran lingkaran kepala anak usia 5 tahun. Hasil penelitian ini ibu yang fokus dengan lingkaran kepala hanya 37%. Responden yang lain tidak mengetahui bagaimana cara mengukur lingkaran kepala dan manfaat hasil pengukuran tersebut. Cara mengukur lingkaran 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. Berikut:

Tabel 7. Lingkaran 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 lingkaran 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 (Kementerian Kesehatan RI, 2014); (Agung Sutriyawan; Ratna Kurniati; Ricky Hanjani; Sri Rahayu, 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 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. Labu kuning dapat diolah menjadi makanan selingan berupa labu kuning goreng, kukus, dan aneka pudding. Hasil oleahan labu 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. 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 kabocha 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 telur orak-arik, sushi roll lele, lele katsu, sate ikan lele, lele gerem asem, ekado ikan lele, dan burger ikan lele. Ibu dapat mencoba untuk beternak dan menyajikan olahan lele untuk memenuhi protein balita. Balita sehat tercapai jika terpenuhi protein hewani dan nabati secara seimbang sesuai kebutuhan dan usianya.

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian di atas bahwa peran keluarga sangat penting untuk pencegahan stunting telah mencapai 88% kriteria sangat baik, ibu mampu menggunakan aplikasi PrimaKu telah mencapai 48% kriteria cukup, ibu mampu menyediakan pola pemberian makanan bergizi seimbang untuk balita telah mencapai 51% kriteria baik. Pemanfaatan aplikasi PrimaKu dan pola pemberian makan harus diberikan sosialisasi dan pelatihan secara berkala dan berkesinambungan melalui pelatihan tatap muka, video edukasi pencegahan stunting, youtube, dan media sosial lainnya. 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 digunakan untuk makanan pendamping ASI yang dapat diolah menjadi menu yang bervariasi untuk balita. 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.

### **Daftar Pustaka**

Agung Sutriyawan; Ratna Kurniati; Ricky Hanjani; Sri Rahayu. (2021). Prevalensi Stunting dan Hubungannya Dengan Sosial Ekonomi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 351-355.  
<https://scholar.google.com/scholar?cluster=10617210759328707383&hl=en&oi=scholar>

- r
- Akbar, I. T. H. (2022). *Modul Pencegahan Stunting*. Fawwaz Media Cipta.
- Chandra, A. (2020). *Epidemiologi Stunting*. Universitas Diponegoro.
- E.Berk, L. (1989). *Child Development*. Allyn and Bacon.
- Evy Noorhasanah; Nor Isna Tauhidah. (2021). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 12-59 Bulan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(1).  
<https://doi.org/https://dx.doi.org//10.26>.
- 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). <https://primaku.com>. Jakarta. <https://primaku.com>
- IDAI. (2022). *Aplikasi PrimaKu*. Jakarta. <https://primaku.com>
- Ikhsania, A. A. (2023). *Daftar Kebutuhan Gizi Balita Yang Harus Dipenuhi*. [Www.Generasimaju.Co.Id](http://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*.
- Kemnterian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KAI.
- Kemnterian 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). <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>.
- 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-normal](https://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](http://Lactoclub.Co.Id).  
[https://www.lactoclub.co.id/artikel/persalinan/metode\\_pemberian\\_mpasi](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 Kementerian Pertanian RI.
- 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>.
- 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*.
-

# Naskah Artikel Jurnal Luluk Asmawati

## ORIGINALITY REPORT

7%

SIMILARITY INDEX

7%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://journal.fdi.or.id">journal.fdi.or.id</a> Internet Source	2%
2	<a href="http://hellosehat.com">hellosehat.com</a> Internet Source	1%
3	<a href="http://www.coursehero.com">www.coursehero.com</a> Internet Source	<1%
4	<a href="http://scholar.unand.ac.id">scholar.unand.ac.id</a> Internet Source	<1%
5	<a href="http://www.nutriclub.co.id">www.nutriclub.co.id</a> Internet Source	<1%
6	<a href="http://www.slideshare.net">www.slideshare.net</a> Internet Source	<1%
7	Anom Dwi Prakoso, Akhmad Azmiardi, Gabriela Advitri Febriani, Ayu Anulus. "STUDI CASE CONTROL : PEMANTAUAN PERTUMBUHAN, PEMBERIAN MAKAN DAN HUBUNGANNYA DENGAN STUNTING PADA ANAK PANTI ASUHAN DI KOTA SEMARANG", Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal, 2021	<1%

---

8	<a href="http://edukatif.org">edukatif.org</a> Internet Source	<1 %
9	<a href="http://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> Internet Source	<1 %
10	<a href="http://journal.unj.ac.id">journal.unj.ac.id</a> Internet Source	<1 %
11	<a href="http://repository.stikeselisabethmedan.ac.id">repository.stikeselisabethmedan.ac.id</a> Internet Source	<1 %
12	<a href="http://academiskil.com">academiskil.com</a> Internet Source	<1 %
13	<a href="http://www.popmama.com">www.popmama.com</a> Internet Source	<1 %
14	<a href="http://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	<1 %
15	<a href="http://jabarekspres.com">jabarekspres.com</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="http://ruditorosetiawan.blogspot.com">ruditorosetiawan.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %

---

Exclude quotes  On

Exclude matches  < 10 words

Exclude bibliography  On

# Naskah Artikel Jurnal Luluk Asmawati

GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

GENERAL COMMENTS

/0

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PAGE 10

PAGE 11