

Program Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) dalam Mempercepat Penurunan Stunting*Healthy Kitchen Program to Overcome Stunting (DASHAT) to Accelerate Reduction Of Stunting*Hesti Nur Sahadatilah^{1*}, Hasan Mukmin², Rini Setiawati³, MA Achlami⁴^{1,2,3,4}Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung*Korespondensi Penulis : hestinursahadatilah@gmail.com**Abstrak**

Latar Belakang: kondisi stunting di Indonesia masih cukup tinggi. Berdasarkan data pada Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021, prevalensi stunting masih berada pada angka 24,4% atau 5,33 juta balita. Stunting merupakan dampak dari kondisi kekurangan gizi pada anak sejak masih dalam kandungan. Program DASHAT merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan status gizi pada anak melalui ketahanan pangan lokal.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas program DASHAT dalam mempercepat penurunan stunting.

Metode: Jenis penelitian ini adalah literatur review dimana metode ini merupakan penelitian yang menggunakan sumber data sekunder. Data based diperoleh dengan menggunakan bantuan alat pencarian referensi *Publisc or Perish* dengan kata kunci "Dapur Sehat Atasi Stunting" pada *Google Scholar*

Hasil: Sosialisai, edukasi, demonstarsi dan praktek program DASHAT meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai stunting dan pencegahannya melalui ketahanan pangan lokal yang terjangkau dan memiliki cita rasa yang diinginkan.

Kesimpulan: Tingkat pengetahuan ibu menjadi penting untuk mencegah resiko stunting. Salah satu upaya untuk mempercepat penurunan angka stunting adalah dengan meningkatkan pengetahuan ibu mengenai stunting dan pencegahannya. Salah satu upaya untuk meningkatkan status gizi anak adalah melauai program DASHAT berdasarkan ketahanan pangan lokal.

Kata Kunci: DASHAT; Stunting; Status Gizi

Abstract

Introduction: The condition of stunting in Indonesia is still quite high. Based on data from the 2021 Indonesian Toddler Nutrition Status Survey (SSGBI), the prevalence of stunting is still at 24.4% or 5.33 million toddlers. Stunting is the impact of malnutrition in children while they are still in the womb. The DASHAT program is an effort to improve the nutritional status of children through local food security.

Objective: This study aims to assess the effectiveness of the DASHAT program in accelerating stunting reduction.

Method: This type of research is a literature review where this method is research that uses secondary data sources. Based data was obtained using the help of the *Publisc or Perish* reference search tool with the keyword "Healthy Kitchen Overcomes Stunting" on *Google Scholar*

Results: Socialization, education, demonstrations and practice of the DASHAT program increase public knowledge about stunting and its prevention through local food security that is affordable and has the desired taste.

Conclusion: The level of maternal knowledge is important to prevent the risk of stunting. One effort to accelerate the reduction in stunting rates is to increase mothers' knowledge about stunting and its prevention. One effort to improve children's nutritional status is through the DASHAT program based on local food security.

Keywords: DASHAT; Stunting; Nutritional Status

PENDAHULUAN

Indikator yang menunjukkan status gizi dan kesehatan penduduk suatu wilayah yang baik dan salah satu indikator kualitas sumber daya manusia adalah dengan melihat pertumbuhan dan anak yang optimal (1). Pada negara-negara berkembang, permasalahan gizi masih menjadi sebuah ancaman seperti halnya masalah stunting (pendek), wasting (kurus), dan overweight (obesitas). Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam kurun waktu yang cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Kondisi stunting ini dapat terjadi saat janin masih dalam kandungan dan baru dapat terlihat saat anak berusia dua tahun (2).

Stunting merupakan dampak dari kekurangan gizi pada anak dapat dilihat ketika anak dibawah usia 2 tahun namun kondisi ini terjadi sejak bayi dalam kandungan. Kekurangan gizi menahunkhususnya pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang dimulai dari masa kehamilan hingga balita berumur 2 tahun. 1000 HPK merupakan periode emas pertumbuhan balita padaperiode tersebut 80% otak balita berkembang, masa ini tidak akan teruburuk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita (3).

Indonesia termasuk negara dengan prevalensi stunting tertinggi ketiga di asia tenggara setelah timor leste dan india, meskipun telah terjadi penurunan dari tahun 2013 sampai dengan tahun 2019 (4). Beberapa faktor yang mempengaruhi kondisi stunting yang ada di Indonesia adalah sebagai berikut: asupan energi, berat badan lahir, tingkat pendidikan ibu, tingkat pendapatan keluarga, pola asuh dan keragaman pangan (5). Berdasarkan data pada Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021, prevalensi stunting masih berada pada angka 24,4% atau 5,33 juta balita (6).

Salah satu langkah yang dapat diambil untuk mengurangi angka stunting adalah dengan meningkatkan status gizi. Hal tersebut dapat dilakukan melalui pemberian edukasi dan pengetahuan pada ibu hamil, menyusui dan balita dari berbagai bahan pangan yang tersedia sebagai bentuk ketahanan pangan. Secara umu, tujuan DASHAT adalah untuk meningkatkan status gizi masyarakat serta sebagai upaya dalam menurunkan angka stunting melalui pendekatan konvergensi di Kampung KB tingkat Desa/Kelurahan. Secara khusus, tujuan DASHAT ini meliputi: Sediakan pangan sehat dan bergizi, (2) Memunculkan kelompok usaha keluarga/masyarakat lokal yang berkelanjutan, (3) Tingkatkan keterampilan kelompok usaha keluarga/masyarakat, (4) Olah, distribusikan dan pasarkan makanan bergizi seimbang, (5) Berdayakan ekonomi masyarakat berbasis sumber daya lokal, (6) KIE gizi dan pelatihan kepada keluarga risiko stunting (6).

Penelitian *literature review* ini bertujuan untuk menilai efektivitas program DASHAT dalam meningkatkan status gizi masyarakat.

METODE

Artikel ini menggunakan metode kualitatif deskriptif, yaitu metode penelitian yang menggunakan data kualitatif yang selanjutnya akan disajikan secara deskriptif. Jenis penelitian ini adalah literatur review dimana metode ini merupakan penelitian yang menggunakan sumber data sekunder. Data based diperoleh dengan menggunakan bantuan alat pencarian referensi *Publisc or Perish* dengan kata kunci “Dapur Sehat Atasi Stunting” pada *Google Scholar* dan menghasilkan 12 artikel yang memuat topik yang dibutuhkan. Namun hanya 9 artikel yang dapat dianalisis dalam penelitian ini.

HASIL

Tabel 1. Hasil Pencarian Artikel

No	Penulis	Tahun	Judul	Metode	Hasil
1	Dainy et al.,	2023	Pembentukan Tim Dashat (Dapur Sehat Atasi Stunting) Dan Intervensi Gizi Cegah Stunting	Suatu kelompok dalam persiapan, pelaksanaan dan evaluasi pre-test dan post-test	Pengetahuan kader Tim DASHAT meningkat rata-rata sebanyak 11 poin, sedangkan keterampilan kader dalam penyelenggaraan MPASI meningkat 100%. Intervensi gizi yang dilakukan berhasil meningkatkan berat badan bayi dengan rata-rata kenaikan berat badan bayi sebesar 780 gr dalam dua bulan.
2	Larasati et al.	2022	Pendampingan Desa Untuk	Dengan advokasi pemerintahan desa	Kegiatan ini telah berhasil

			Pencegahan Stunting Melalui Dashat (Dapur Sehat Atasi Stunting)	dan metode ceramah dalam kelas besar serta pelatihan keterampilan membuat dimsum berbahan daging ayam, ikan, udang serta variasi sayuran labu dan wortel.	meningkatkan pengetahuan peserta yaitu keluarga berisiko stunting di Desa Jati Mulyo mengenai pencegahan stunting dan meningkatkan keterampilan pembuatan dimsum ayam udang sayuran melalui DASHAT (Dapur Sehat atasi Stunting). SARAN
3	Nastia et al.	2022	Edukasi Dan Operasional Dapur Sehat Atasi Stunting (Dashat) Kampung Keluarga Berkualitas Desa Boneatiro Kabupaten Buton Education	Penjelasan materi tentang stunting dan kebutuhan Gizi oleh pemateri dari BKKBN dan Pemerintah Desa Boneatiro (metode ceramah) dan praktek pengolahan bahan pangan keluarga yang mengandung gizi dan mencegah stunting. HASIL (demonstrasi)	Pengetahuan masyarakat menambah terkait dengan stunting dan dampak dari stunting, porsi makanan yang perlu dikonsumsi dalam sehari-hari yang terdapat dalam piring anggota keluarga atau yang dikenal dengan istilah ISI PIRINGKU, cara memilih dan menentukan bahan makanan yang cocok untuk menu sehari-hari anggota keluarga, dan cara memasak/mengolah makanan yang sehat sehingga memenuhi kecukupan gizi keluarga.
4	Afrahamiryano et al.	2023	Pendampingan Rumah Gizi Dashat (Dapur Atasi Stunting Untuk Anak Sehat)	Metode Training of Trainer (ToT) yang terdiri dari pemberian materi, tanya jawab, dan Forum Group Discussion (FGD)	memberikan pengaruh positif terhadap masyarakat, dimana terbentuknya pola pikir masyarakat mengenai makanan bergizi dan seimbang, serta memberikan pemahaman pada masyarakat tentang stunting dan upaya yang dapat dilakukan untuk mencegahnya.
5	Monikasari et al.	2023	Pelatihan Dapur Sehat Atasi Stunting di Lokasi Fokus (Lokus) Penanganan Stunting Kabupaten Boyolali	Penyuluhan Stunting, gizi seimbang, dan pengolahan makan bergizi bagi keluarga, demonstrasi praktik penyajian menu bergizi, pengukuran pengetahuan dengan pre-test dan post test dan evaluasi kegiatan.	Pengetahuan Ibu tentang pencegahan stunting meningkat sebesar 6,18% dengan pengetahuan Ibu yang meningkat dapat melakukan pencegahan terjadinya stunting.
6	Rahmiati et al.	2023	Penerapan Lima Pilar Program Penanganan Stunting melalui Program Dapur Sehat Atasi Stunting (DAHSAT) dengan Pemanfaatan Keberlimpahan Pangan Lokal Keong Sawah	Perencanaan, persiapan, pelaksanaan dan monitoring dengan melaksanakan workshop pelatihan, evaluasi dengan uji hedonik, pelaporan.	pemberian materi memiliki dampak berupa peningkatan pengetahuan kepada mitra terkait dengan stunting, pangan lokal keong sawah, cara membuat dan mengemas keong sawah. Pada pengabdian ini juga dihasilkan peningkatan keterampilan mitra dalam mengolah keong sawah. Pada pengabdian ini belum terlihat penambahan tinggi badan yang signifikan dikarenakan waktu

						pengukuran yang jaraknya terlalu dekat. Ucapan
7	Purnomo et al.	2022	Strategi Percepatan Penurunan Stunting melalui Pendampingan Kader Dapur Sehat Atasi Stunting (Dashat) dan Forum Suara Keluarga Berisiko Stunting Kelurahan Kauman Kidul Salatiga Tahun 2022	Metode yang digunakan adalah observasi pada tahap persiapan, Actor Network Theory (ANT) pada tahap pelaksanaan, laporan dan hasil.		memberikan pengetahuan serta pemahaman kepada orang tua/kerabat/pengasuh mengenai pengolahan makanan yang baik secara teori maupun praktik. Kemudian dengan adanya praktik demo memasak dapat menambah referensi orang tua/kerabat/pengasuh terhadap pengolahan dan pemberian makanan bergizi kepada anaknya.
8	Ningtyas et al.	2023	Penguatan Pangan Lokal Berkelanjutan Melalui Edukasi Dapur Sehat Atasi Stunting Bagi Keluarga Berisiko	dilakukan melalui pendampingan dan edukasi kepada keluarga berisiko stunting dengan menggunakan pendekatan people-driven design.		peserta dapat diberdayakan untuk mengenali dan memanfaatkan potensi pangan lokal yang di Desa Suci dengan memperkuat kedaulan pangan, sehingga akan membangun kesadaran tentang keberlanjutan pangan lokal. Mendorong keberlanjutan pangan lokal dapat dilakukan dengan berkolaborasi dengan berbagai stakeholder, Pemerintah Desa Suci dapat membentuk buddy system untuk bekerja sama dengan pengelola atau kelompok lain dalam menjaga keberlanjutan program.
9	Kalsum et al.	2023	Pelatihan Kader Inovasi DASHAT (Dapur Sehat Atasi Stunting) Di Kabupaten Tebo, Bungo, dan Kerinci Tahun 2022	Metode pelaksanaan yaitu dengan melakukan pre-test dan post test menilai pemahaman dasar dan tingkat penyerapan materi oleh peserta.		Terdapat peningkatan pemahaman dan keterampilan juga motivasi pada diri setiap peserta yang dilatih. Diharapkan peserta pelatihan mampu menerapkan apa yang diperoleh kepada masyarakat serta mampu menjadi penggerak agar upaya percepatan penurunan stunting di wilayah desa masing-masing kader dapat terwujud sesuai dengan yang diharapkan.

PEMBAHASAN

Program dapur sehat atasi stunting (DASHAT) merupakan program pengembangan yang diharapkan mampu mewujudkan kemandirian pangan rumah tangga yang berbasis kekayaan lokal sekaligus sebagai tambahan pendapatan keluarga. Salah satu justifikasi program ini adalah bahwa ketahanan pangan nasional harus dimulai dari ketahanan pangan rumah tangga. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian stunting pada anak usia dini yang terjadi di Indonesia yaitu asupan energi, berat badan lahir, tingkat pendidikan ibu, tingkat pendapatan keluarga, pola asuh dan keragaman pangan (5).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (7) menunjukkan bahwa Tim DASHAT telah mendapatkan penyuluhan dan pelatihan pengelolaan MPASI bayi usia 6-9 bulan dan melaksanakan kegiatan intervensi gizi pada

bayi berisiko stunting di Kelurahan Padasuka. Pengetahuan kader Tim DASHAT meningkat rata-rata sebanyak 11 poin, sedangkan keterampilan kader dalam penyelenggaraan MPASI meningkat 100%. Intervensi gizi yang dilakukan berhasil meningkatkan berat badan bayi dengan rata-rata kenaikan berat badan bayi sebesar 780 gr dalam dua bulan. Pencegahan stunting melalui intervensi gizi perlu dilakukan dalam waktu jangka Panjang, setidaknya bayi didampingi hingga usia dua tahun.

Hasil penelitian (8) menunjukkan bahwa skor rata-rata pengetahuan sebelum diberikan edukasi tentang pencegahan stunting adalah 78,12 dan setelah diberikan edukasi adalah 84,82. Pengetahuan peserta yang dimaksud yaitu keluarga berisiko stunting di Desa Jati Mulyo mengenai pencegahan stunting dan meningkatkan keterampilan pembuatan dimsum ayam udang sayuran melalui DASHAT (Dapur Sehat atasi Stunting).

Hasil penelitian (9) menunjukkan bahwa peserta memperoleh tambahan pengetahuan mengenai stunting dan dampak dari stunting, porsi makanan yang harus dipenuhi sehari-hari oleh tiap anggota keluarga yang dikenal dengan istilah ISI PIRINGKU, cara memilah bahan makanan, menentukan, mengolah makanan yang sehat sehingga gizi dapat terpenuhi.

Hasil penelitian (10) menunjukkan bahwa terbentuknya pola pikir masyarakat mengenai makanan yang bergizi dan seimbang. Selain itu, menambah pemahaman masyarakat mengenai stunting dan hal yang dapat dilakukan untuk mencegahnya.

Hasil penelitian (11) menunjukkan bahwa skor rata-rata pengetahuan sebelum diberikan edukasi mengenai stunting adalah 78,90% dan setelah diberikan edukasi yaitu 85,09%. Ini berarti terjadi perubahan pengetahuan sebesar 6,18% setelah diberikan edukasi mengenai stunting. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi anak adalah pendidikan ibu karena hal tersebut akan berpengaruh pada pola asuh anak.

Hasil penelitian (12) menunjukkan bahwa pemberian edukasi ini memiliki dampak berupa peningkatan pengetahuan kepada mitra terkait dengan stunting, pangan lokal keong sawah, cara membuat dan mengemas keong sawah. Namun belum terlihat penambahan tinggi badan yang signifikan karena waktu yang terbatas.

Hasil penelitian (13) menunjukkan bahwa terdapat beberapa permasalahan yang dialami oleh keluarga berisiko stunting seperti nafsu makan susah, suka pilih-pilih makanan, berat badan susah naik meski porsi makan banyak, dan sebagainya. Kegiatan pendampingan yang dilakukan oleh Mahasiswa UKSW di Kelurahan Kauman Kidul Kota Salatiga memberikan pemahaman kepada orang tua/pengasuh mengenai pengolahan makanan yang baik secara teori dan praktik.

Hasil penelitian (14) menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan kepada 3 kader tim pendamping dan 20 ibu rumah tangga yang berisiko stunting yang memiliki anak usia di bawah dua tahun mengenai sosialisasi, edukasi, pengolahan makanan dan pengemasan berdasarkan ketahanan pangan lokal melalui program DAHSAT. Peserta dapat diberdayakan untuk mengoptimalkan potensi pangan lokal dengan memperkuat kedaulatan pangan, sehingga akan membangun kesadaran tentang keberlanjutan pangan lokal.

Hasil penelitian (15) menunjukkan bahwa presentase pengetahuan baik sebelum pelatihan yang dilakukan pada 150 peserta adalah 45,5% dan mengalami kenaikan menjadi 53,0%. Terdapat peningkatan pemahaman dan keterampilan juga motivasi pada diri setiap peserta yang dilatih. Hal tersebut diharapkan pada para peserta agar menjadi penggerak agar upaya penurunan angka stunting dapat terwujud.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi anak adalah pendidikan ibu. Pengetahuan yang dimiliki ibu akan mempengaruhi pola asuh pada anak. Beberapa permasalahan yang dialami oleh keluarga berisiko stunting adalah nafsu makan susah, suka pilih-pilih makanan, berat badan susah naik meski porsi makan banyak dan lain-lain. Kondisi stunting merupakan dampak dari kekurangan gizi pada anak. Namun salah satu upaya untuk meningkatkan gizi anak adalah dengan mengelola makanan berdasarkan ketahanan pangan lokal melalui program DASHAT.

SARAN

Saran untuk penelitian studi literatur selanjutnya adalah dengan menambah rentang tahun artikel yang dipilih agar lebih banyak database yang diperoleh sehingga penelitian dapat menampilkan data yang lebih luas. Kegiatan edukasi, sosialisasi, demonstrasi dan praktik mengenai program DASHAT perlu secara berkala pada setiap kader yang ada pada Desa/Kelurahan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Mashar SA, Suhartono S, Budiono B. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak: Studi Literatur. *J Serambi Eng.* 2021;6(3):2076–84.
2. Rahmadhita K. Permasalahan stunting dan pencegahannya. *J Ilm Kesehat Sandi Husada.* 2020;9(1):225–9.
3. Satriadi S, Ilyas I, Waruwu NK, Eksana S, Fransisca S, Ode S. Program Dapur Sehat Sebagai Upaya Penurunan Angka Stunting Di Kelurahan Melayu Kota Priring. *J Pelayanan dan Pengabdian Masy Indones.* 2022;1(4):83–90.
4. Al-Taiar A, Alqaoud N, Hammoud MS, Alanezi F, Aldalmani N, Subhakaran M. WHO infant and young child feeding indicators in relation to anthropometric measurements. *Public Health Nutr.* 2020;23(10):1665–76.
5. Nugroho MR, Sasongko RN, Kristiawan M. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia. *J Obs J Pendidik Anak Usia Dini.* 2021;5(2):2269–76.
6. Manita YA, Akbar PN, Rahman MF, Rosanti PI, Rahayu CD. Optimalisasi Kader Dashat (Dapur Sehat Stunting) untuk Pengendalian Stunting. *J Peduli Masy.* 2022;4(3):419–26.
7. Dainy NC, Ardiani HE, Fitri DA, Puspitasari E, Musdalifa I. Pembentukan Tim Dashat (Dapur Sehat Atasi Stunting) Dan Intervensi Gizi Cegah Stunting. *JMM (Jurnal Masy Mandiri).* 2023;7(1):636.
8. Larasati TA, Irzal A, Azelia F. Pendampingan Desa Jatimulyo Untuk Pencegahan Stunting Melalui Dashat (Dapur Sehat Atasi Stunting). *JPM Ruwa Jurai.* 2022;7(November):71–9.
9. Nastia N, Sarifudin A, Nelvianti N, Umar A, Imran I. Edukasi Dan Operasional Dapur Sehat Atasi Stunting (Dashat) Kampung Keluarga Berkualitas Desa Boneatiro Kabupaten Buton. *MESTAKA J Pengabdian Kpd Masy.* 2023;2(2):109–13.
10. Afrahmiryano A, Yora M, ... Pendampingan Rumah Gizi Dashat (Dapur Atasi Stunting Untuk Anak Sehat). *Community* 2023;4(3):6060–5.
11. Monikasari M, Davidson SM, Mangalik G, Tauho KD, Panyuwa AA, Dary D, et al. Pelatihan Dapur Sehat Atasi Stunting di Lokasi Fokus (Lokus) Penanganan Stunting Kabupaten Boyolali. *J Abdimas Kesehat.* 2023;5(2):331.
12. Rahmiati BF, Lastyana W, Sholehah NZ, Angelica C. Penerapan Lima Pilar Program Penanganan Stunting melalui Program Dapur Sehat Atasi Stunting (DAHSAT) dengan Pemanfaatan Keberlimpahan Pangan Lokal Keong Sawah. 2023;2(1):225–42.
13. Purnomo D, Kurniawati E, Padjalo Y, Imelarosa N, Nona, Pratiwi W. Strategi Percepatan Penurunan Stunting melalui Pendampingan Kader Dapur Sehat Atasi Stunting (Dashat) dan Forum Suara Keluarga Berisiko Stunting Kelurahan Kauman Kidul Salatiga Tahun 2022. *JMS J Pengabdian Masy.* 2022;03(01):141–56.
14. Ningtyas BK, Murtiyaningsih H, Arum LS. Penguatan Pangan Lokal Berkelanjutan Melalui Edukasi Dapur Sehat Atasi Stunting Bagi Keluarga Berisiko. *J Pengabdian Teknol dan Kesehat.* 2023;1(2):54–61.
15. Kalsum U, Guspianto, Baitilla NR. Pelatihan Kader Inovasi Dahsat (Dapur Sehat Atasi Stunting) Di Kabupaten Tebo, Bungo, dan Kerinci Tahun 2022. *MEDIC.* 2023;6(1):53–61.