

REPUBLIC INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202371253, 24 Agustus 2023

Pencipta

Nama : **Dr. Arista Candra Irawati, SH, MH.Adv, Mila Setiawati dkk**

Alamat : Jl Pucang Asri VII No. 30 RT/RW 005/012, Kel. Batursari, Kec.
Mranggen, Kab. Demak,
Mranggen, Demak, Jawa Tengah, 59567

Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Universitas Ngudi Waluyo**

Alamat : Jl. Diponegoro No 186 Gedanganak, Ungaran Timur, Kab. Semarang,
Semarang, JAWA TENGAH 50512

Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Buku Saku**

Judul Ciptaan : **Buku Saku "Penanganan Stunting Di Desa Kenteng"**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali : 21 Agustus 2023, di Ungaran
di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali
dilakukan Pengumuman.

Nomor pencatatan : 000504206

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri



Anggoro Dasananto
NIP. 196412081991031002

Disclaimer:

Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.

LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	Dr. Arista Candra Irawati, SH. MH.Adv	Jl Pucang Asri VII No. 30 RT/RW 005/012, Kel. Batusari, Kec. Mranggen, Kab. Demak
2	Mila Setiawati	Desa Penawanga RT 10/RW 01. Kec Pringapus, Kab. Semarang
3	Ainannisa Fitria Nurfatim	Komplek Permata Biru Jl. Topas III Blok AL No. 70 RT 6/ RW 23, Kel. Cinunuk, Kec. Cileunyi Bandung
4	Evi Kartika Febriyana	Dusun Sukorejo RT 01/RW 03, Desa Pakopen, Kec. Bandungan, Kab. Semarang
5	Putri Rahmawati	Jl. Taruma Negara RT. 12 No. 61, Kel. Tanjung Pinang, Kec. Jambi Timur, Kota Jambi
6	Arifiany Nur Hayyu	Jl. Mangga Dalam Selatan Rt.07 Rw.02 Kel. Srandol Wetan, Kec. Banyumanik. Semarang
7	Rokhmah Suci Erika	Pundung Putih RT 04/03, Kel. Gedanganak, Kec. Ungaran Timur. Kab.Semarang
8	Mohammad Fariri Fala Aryapinandhita	Jl. Pelita Raya No.99b, RT.09/RW.03 Kel.Gedanganak, Kec.Ungaran Timur, Kab.Semarang
9	Kresna Bayu Febiansyah	Jl. Sumbawa VIII/134, RT 01 RW 09, Kel. Gedanganak, Kec. Ungaran Timur, Kab. Semarang
10	Maulidio Aviza Altanata Putra	Jl. Gajahmada No 09 Rt07/01 Ds Gebugan Kec.Bergas,Kab.Semarang





Kampus
Merdeka
INDONESIA JAYA

**KKN
2023**

BUKU SAKU

PENANGANAN STUNTING

Desa Kenteng



UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

DAFTAR ISI



- 01** LATAR BELAKANG
- 02** KONDISI STUNTING DI INDONESIA
- 03** APA ITU STUNTING?
- 04** DAMPAK BURUK STUNTING
- 05** BAGAIMANA MENANGANI STUNTING
- 06** MENU PMT DAN MPASI



LATAR BELAKANG



Pemerintah Indonesia telah menetapkan stunting sebagai isu prioritas nasional. Komitmen ini terwujud dalam masuknya stunting ke dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020 - 2024 dengan target penurunan yang cukup signifikan dari kondisi 27,6 persen pada tahun 2019 diharapkan menjadi 14 persen pada tahun 2024. Sebelumnya Presiden RI telah menunjuk Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) dibawah koordinasi Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (PMK) sebagai koordinator atau Ketua Pelaksana percepatan penurunan stunting di Indonesia.



02



KONDISI STUNTING DI INDONESIA

Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Salah satu masalah gizi yang menjadi perhatian utama saat ini adalah masih tingginya anak balita pendek (Stunting)

KONDISI STUNTING DI KABUPATEN SEMARANG



Tenaga ahli BKKBN Jawa Tengah menyampaikan, untuk penanganan stunting di Kabupaten Semarang, berdasarkan studi kasus gizi Indonesia (SSGI) 2021, angka kasus stunting sebesar 16,4%. pada tahun ini ditargetkan turun menjadi 12,9%.



03

APA ITU STUNTING?

? Apa itu yang dimaksud dengan stunting?



Stunting adalah sebuah kondisi dimana tinggi badan seseorang ternyata lebih pendek dibanding tinggi badan orang lain pada umumnya (yang seusia)

? Apa penyebab stunting?



Kurangnya asupan gizi yang diterima oleh janin/bayi

Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal anak lahir, tetapi stunting baru nampak **setelah anak berusia 2 tahun**



Penyebab anak mengalami kekerdilan (stunting)

Faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita



Kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan.



Masih terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan ANC-Ante Natal Care (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan) Post Natal Care dan pembelajaran dini yang berkualitas



Masih kurangnya akses kepada makanan bergizi hal ini dikarenakan harga makanan bergizi di Indonesia masih tergolong mahal

kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi





Yuk Kenali Gejala Stunting Anak Sejak Dini

Stunting adalah keadaan tubuh yang sangat pendek, dilihat dengan standar baku WHO-MGRS (multicentre growth reference study)



DAMPAK BURUK STUNTING

DAMPAK STUNTING ↓



DAMPAK BURUK YANG DAPAT DITIMBULKAN OLEH STUNTING: ↓

- Jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik dan gangguan metabolisme dalam tubuh.
- Dalam jangka panjang akibat buruk yang dapat ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan resiko tinggi untuk timbulnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke dan disabilitas pada usia tua.



MENANGANI STUNTING

BAGAIMANA MENANGANI STUNTING? ↓

Penangan stunting dilakukan melalui intervensi spesifik dan intervensi sensitif pada sasaran 1.000 hari pertama kehidupan seorang anak sampai berusia 6 tahun.

Intervensi Gizi Spesifik

- Intervensi yang ditujukan kepada ibu hamil dan anak dalam 1.000 hari pertama kehidupan
- Kegiatan ini umumnya dilakukan oleh sektor kesehatan
- Intervensi spesifik bersifat jangka pendek, hasilnya dapat dicatat dalam waktu relatif pendek.

Intervensi Gizi Sensitif

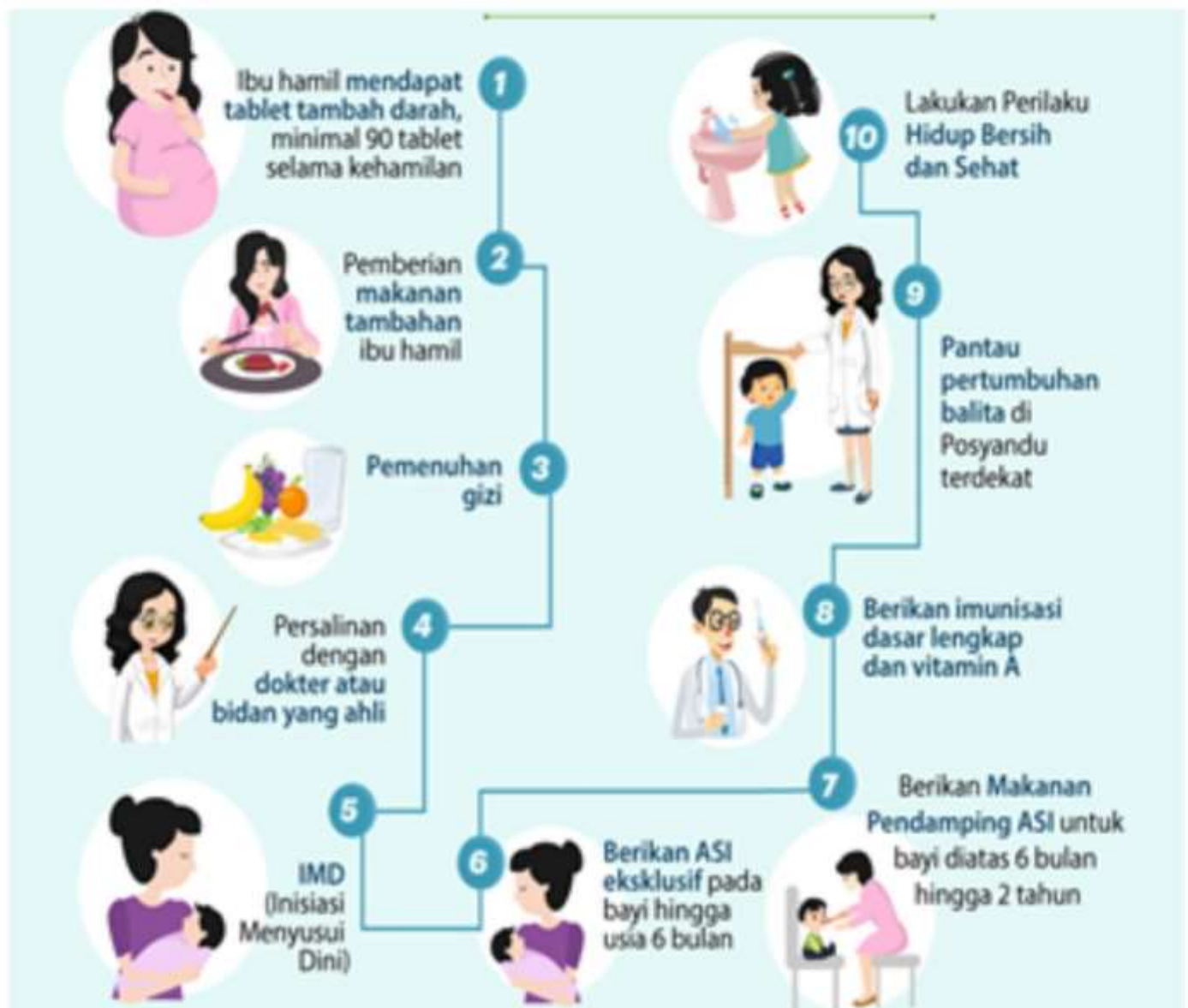
- Intervensi yang ditujukan melalui berbagai kegiatan pembangunan di luar sektor kesehatan
- sasarannya adalah masyarakat umum, tidak khusus untuk sasaran 1.000 hari pertama kehidupan.





ASI Eksklusif Bisa Cegah Stunting

Stunting bisa diintervensi dengan 10 cara berikut:





SANITASI

Untuk Mencegah Stunting

Sulitnya akses air bersih dan sanitasi yang buruk dapat memicu stunting pada anak. Sanitasi Total Berbasis Lingkungan (STBM) dicanangkan pemerintah mengurangi penyakit stunting

5 Pilar Sanitasi Total Berbasis Lingkungan



Cuci tangan menggunakan sabun



Berhenti buang air besar sembarangan



Pengelolaan air minum dan makanan rumah tangga



Pengelolaan sampah rumah tangga



Pengelolaan limbah cair rumah tangga



06



MENU

UNTUK

PMT DAN MP-ASI



PMT



KAPAN PMT DIBERIKAN?

Adapun sasaran dalam pemberian PMT ini adalah balita umur 6-59 bulan dengan kriteria gakin (tidak mampu).

BERAPA KALI PMT DIBERIKAN ?

PMT pemulihan ini diberikan sekali dalam satu hari selama 90 hari berturut-turut atau 3 bulan.

Menu PMT



Dimsum Tempe

Bahan

1. Tempe 50 gram (1 potong sedang)
2. Kakap 35 gram (1 potong sedang)
3. Wortel 100 gram (1 potong sedang)
4. Daun awang 1 batang
5. Air es / es batu
6. Tepung tapioka 2 sdm
7. Kulit dimsum
8. Bawang putih $\frac{1}{2}$ siung
9. Bawang merah 1 siung
10. Garam 1 sdt
11. Gula pasir 1 sdt
12. Minyak 1 sdt

saus

1. Saus tiram 1 sdm
2. Kecap ikan 1 sdm
3. Minyak wijen $\frac{1}{2}$ sdm
4. Kecap asin $\frac{1}{2}$ sdm
5. Gula $\frac{1}{2}$ sdt
6. Garam $\frac{1}{2}$ sdt
7. Lada secukupnya $\frac{1}{2}$ sdt

Menu PMT



Dimsum Tempe

Cara Membuat

1. Filet ikan kakap, kemudian haluskan bersama bawang putih kemudian tambahkan air es, gula, garam minyak.
2. Kukus tempe sekitar 15 menit, setelah di kukus haluskan.
3. Parut wortel degan parutan keju.
4. Campurkan semua bahan yang sudah di haluskan tadi,
5. Masukkan adonan kedalam kulit pangsit kemudian bentuk sesuai dengan selera.
6. Kukus dimsum selama kurang lebih 30 menit.
7. Sambil menunggu dimsum matang, membuat saus sesuai selera.
8. Dimsum siap disajikan.

Kandungan gizi

Energi : 274 kkal

Protein : 16,9 gram

Lemak : 9,3 gram

Karbohidrat : 31,6 gram

Menu PMT



Nugget Ikan Lele

Bahan

1. Roti tawar tanpa kulit 40 gram (2 lembar)
2. Susu 30 gram, dilarutkan dengan 150 ml air hangat (3/4 gelas)
3. Fillet ikan lele 350 gram
4. Jeruk nipis 1 butir sedang, peras ambil airnya
5. Wortel 80 gram, cincang halus
6. Bawang putih 50 gram (9 siung sedang)
7. Butir telur ukuran sedang 200 gram (4 butir), kocok lepas
8. gula putih 10 gram (1 sdm)
9. Tepung terigu protein sedang / serbaguna 100 gram (10 sdm)
10. Tepung tapioka 50 gram (5 sdm)
11. Gara 10 gram (1 sdm)
12. Merica bubuk 2,5 gram (1 bungkus)

Bahan Pelapis :

1. Telur kocok lepas 200 gram (4 butir)
2. Tepung terigu 10 gram (1 sdm)
3. Tepung roti 200 gram (2 gelas belimbing)

Menu PMT

Hasil : 90 pcs @12 gram
Kandungan gizi per (70 gram)
Energi: 80 kkal
Protein : 5,55 gram
Lemak :2,05 gram
Karbohidrat : 9,45 gram



Nugget Ikan Lele Wortel

Cara Membuat

1. Sobek-sobek roti tawar, rendam dengan cairan susu yang telah dilarutkan dengan air, sisihkan.
2. Ambil fillet ikan lele, potong ukuran 3 cm, marinasi dengan air jeruk nipis ± 30 menit.
3. Siapkan blender, masukkan fillet ikan lele, daun kelor rebus, bawang putih, telur, dan gula putih kemudian blender hingga homogen.
4. Siapkan wadah, campur adonan yang telah dihaluskan dengan tepung terigu, tepung tapioca, garam, dan merica. Aduk hingga tercampur merata.
5. Siapkan loyang, lapiasi dengan alumunium foil, tuangkan adonan pada loyang yang telah disiapkan.
6. Panaskan panci pengukus, masukkan loyang yang berisi adonan nugget, kukus ± 35 menit.
7. Ambil loyang, diamkan hingga dingin dan lepaskan dari cetakan.
8. Potong adonan nugget dengan ukuran 7 x 2 x 2 cm (bentuk balok) / sesuai selera.
9. Balurkan tepung terigu pada adonan nugget, kemudian celupkan pada kocokan telur, dan terakhir lapiasi dengan tepung roti.
10. Nugget dapat langsung digoreng pada wajan dengan minyak yang banyak (metode deep frying) ± 7 menit hingga berwarna kuning keemasan.
11. Nugget ikan lele daun kelor siap dihidangkan.

MP-ASI



KAPAN MPASI DIBERIKAN?

MPASI diberikan saat bayi berada pada masa transisi dari mengonsumsi ASI atau susu formula pada makanan padat. MPASI diperlukan karena setelah berusia 6 bulan, bayi membutuhkan tambahan energi, protein, dan zat besi.



PESAN EDUKASI GIZI : PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING ASI (MPASI)

Pemberian Makanan Pendamping adalah proses pemberian makanan dan cairan lainnya yang diberikan kepada bayi mulai usia 6 bulan ketika ASI saja tidak lagi mencukupi kebutuhan gizi bayi.

Pemenuhan Gizi Usia 6-23 Bulan (dari makanan keluarga)

Bayi 6-8 bulan

Contoh Bahan Matang :

- Nasi Putih 30gr
- Dadar telur 35gr
- Sayur kare wortel tempe 20gr

Cara Membuat :

- nasi telur dadar, tempe dan wortel dilumatkan kemudian disaring.
- ditambahkan kuah sayur (kare) sampai menjadi bubur kental.
- sajikan.

Pemenuhan Gizi Usia 6-23 Bulan (dari makanan keluarga)

Bayi 9-11 bulan:

Contoh Bahan Matang :

- Nasi Putih 45gr
- Ikan Kembung bumbu kuning 30gr
- Tumis buncis 25gr

Cara membuat :

- Nasi, ikan kembung bumbu kuning dan tumis buncis dicincang
- sajikan dengan kuah sayur (kare)

Pemenuhan Gizi Usia 6-23 Bulan (dari makanan keluarga)

Anak 12-23 bulan

Contoh Bahan Matang :

- Nasi Putih 55gr
- Semur hati ayam 45gr
- Bening/ bobor ayam 20gr

Cara Membuat :

- MPASI untuk anak 12-23 bulan disajikan dalam bentuk makanan keluarga (dicincang agak besar jika diperlukan).

Contoh makanan selingan

Perkedel Kentang isi daging

- kentang 25gr
- daging giling 5gr
- minyak 1 gr
- telur ayam 5gr



Pemenuhan Gizi Usia 6-23 Bulan (dari bahan mentah)

Bayi 6-8 bulan:

Contoh Bahan :

- Beras Putih 50gr
- Telur ayam 30gr
- Tempe kedelai 10gr
- Wortel 10gr
- santan 30gr

Cara memasak :

- Memasak beras, tambahkan santan dan bumbu yang telah ditumis dengan sedikit minyak (bawang merah, daun salam, kunyit)
- setelah nasi masak, masukkan tempe dan wortel yang telah dicincang
- aduk-aduk sampai mendapatkan konsistensi bubur kental, sajikan

Pemenuhan Gizi Usia 6-23 Bulan (dari bahan mentah)

Anak 9-11 bulan

Contoh Bahan :

- Beras Putih 15gr
- ikan kembung 30gr
- Minyak kelapa 10gr
- wortel 15 gr dan tempe 10gr

Cara Memasak:

- Memasak beras, tambahkan bumbu yang telah ditumis (bawang merah, daun salam, kunyit dengan minyak kelapa)
- setelah nasi masak, masukkan ikan kembung dan buncis yang telah dicincang.
- aduk-aduk sampai mendapatkan konsistensi bubur kasar/cincang
- sajikan.

Pemenuhan Gizi Usia 6-23 Bulan (dari bahan mentah)

anak 12-23 bulan:

Contoh Bahan :

- Beras Putih 25gr
- Hati ayam 30gr
- Minyak Kelapa 5gr
- Bayam 20gr
- santan 50gr

Cara memasak :

- Memasak beras, setelah itu membuat hati ayam goreng . tumis dengan minyak kelapa.
- membuat sayur bayam
- sajikan.



POSKO KULIAH KERJA NYATA

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO PERIODE IX

*Percepatan Penurunan Stunting
di Desa Kenteng*

Kampus
Merdeka

DESA KENTENG, BANDONGAN, KAB. SEMARANG

TERIMA KASIH!

KKN_DESAKENTENG