



Efektivitas Sari Kurma terhadap Peningkatan Pertumbuhan Baduta *Stunting*

Ika Apriyanti^{1*}, Nay Lufar¹, Nayya Aqnia Rahma¹

¹Politeknik Kesehatan Aisyiyah Banten

*Corresponding Author: ika@poltekkes-aisyiyahbanten.ac.id

Abstrak

Di tahun 2021, Kota Cilegon berada pada katagori zona *stunting* kuning dengan prevalensi 20,6%. Angka prevalensi *stunting* ini menunjukkan bahwa anak usia 6 bulan hingga 2 tahun tidak mendapatkan praktik pemberian makan yang memadai dan makanan pendamping yang sesuai. Salah satu cara untuk meningkatkan asupan gizi bayi di 1000 hari pertama kehidupan adalah dengan penggunaan bahan pangan fungsional, seperti kurma. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi sari kurma sebagai tambahan untuk koreksi pertumbuhan pada anak *stunting* di Kota Cilegon. Kelompok pemberian sari kurma merupakan kelompok yang digunakan dalam desain *pre-experimental pre-test-post test*. Analisis data yang digunakan adalah uji T dependen (*paired t test*). Sampel penelitian ini adalah 10 baduta (bayi bawah dua tahun) yang dinyatakan *stunting* yang dipilih dengan teknik *total sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penambahan panjang badan ($p=0,001$) dan kenaikan berat badan ($p=0,000$) setelah diberikan sari kurma. Hal ini menunjukkan sari kurma dapat mengoreksi pertumbuhan pada baduta *stunting*. Orang tua baduta perlu diinformasikan dan dididik tentang nilai gizi dan konsumsi sari kurma untuk meningkatkan status gizi anak.

Kata Kunci: baduta, *stunting*, pertumbuhan, sari kurma

The Effectiveness of Date Palm Juice on Improving Growth in Stunted Infants

Abstract

In 2021, Cilegon City was in the category of yellow *stunting* zones with a prevalence of 20.6%. This *stunting* prevalence rate showed that children aged 6 months to 2 years did not get adequate feeding practices and appropriate complementary foods. One way to increase the nutritional intake of babies in the first 1000 days of life is to use functional foods, such as dates. The aim of this study was to evaluate date palm juice as an adjunct for growth correction in stunted children in Cilegon City. The date juice group was the group used in the *pre-experimental pre-test-post test* design. The data analysis used was the dependent T-test (*paired sample*). The samples were 10 babies under two years old who were diagnosed *stunting*, selected by a *total sampling* technique. The results of the study showed that there was a difference in body length increase ($p=0.001$) and weight gain ($p=0.000$) after being given date palm juice. This shows that date palm juice can correct growth in babies under with *stunting*. The parents need to be informed and educated about the nutritional values and consumption of date juice to improve the nutritional status of their babies.

Keywords: babies under two years old, *stunting*, growth, date palm juice

Pendahuluan

Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDG) tahun 2030 bertujuan untuk memberantas semua jenis kekurangan gizi, yang mencakup memenuhi tujuan internasional tahun 2025 untuk memenuhi kebutuhan gizi remaja putri, ibu hamil dan menyusui, serta lansia, serta mencegah *stunting* dan *wasting* pada kelompok baduta. *Stunting*, yang juga dikenal sebagai kejadian balita pendek, merupakan masalah gizi yang terus-menerus dihadapi anak-anak di seluruh dunia. *Stunting* masih menjadi salah satu permasalahan serius yang sedang berlangsung di banyak negara berpenghasilan rendah sampai menengah (Mulyaningsih et al., 2021).

Angka *stunting* di Indonesia menunjukkan adanya tantangan serius dalam memastikan pertumbuhan dan perkembangan optimal anak-anak. Data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan menunjukkan bahwa sekitar 27,7% anak di Indonesia mengalami *stunting* pada tahun 2021. Hal ini menekankan urgensi upaya untuk mengatasi permasalahan ini di berbagai bidang (Unicef, 2021). Ketersediaan sumber daya manusia (SDM) yang cerdas, sehat jasmani dan rohani, serta dalam kondisi kesehatan yang prima menjadi penentu keberhasilan suatu negara dalam pembangunan. Tercapainya status gizi melalui konsumsi berbagai pangan yang aman dan bergizi seimbang merupakan faktor utama dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas (Fitriyani, 2013).

Tingkat malnutrisi kronis yang tinggi pada anak – anak masih menjadi permasalahan dalam lingkup global, dimana hal tersebut merupakan kondisi yang erat kaitannya dengan kemiskinan. Malnutrisi pada ibu dapat mempengaruhi proses pertumbuhan janin yang terhambat ketika didalam rahim serta menjadi penyebab BBLR. Praktik pemberian makanan yang kurang optimal pada masa bayi ditambah dengan adanya penyakit menular yang tinggi juga diprediksi menjadi penyebab pertumbuhan anak yang buruk (Vaivada et al., 2020).

Salah satu gejala gizi buruk adalah *stunting*. Penanganan *stunting* memerlukan serangkaian tindakan yang luas, termasuk meningkatkan akses terhadap makanan bergizi, memberikan penyuluhan gizi kepada orang tua, dan melakukan pemantauan kesehatan anak secara teratur. Dengan mendeteksi *stunting* sejak dini dan memberikan

intervensi yang sesuai, kita dapat mengurangi risiko terhadap masalah gizi buruk serta memastikan pertumbuhan dan perkembangan optimal bagi anak-anak (Rueda-Guevara et al., 2021).

Anak-anak yang mengalami *stunting* memiliki tinggi atau panjang badan yang rendah dan tidak normal akibat kekurangan gizi yang berkepanjangan dan penyakit berulang yang mengganggu pertumbuhan dan perkembangan normal mereka (Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, 2023). Malnutrisi yang menimpa bayi sepanjang 1000 hari pertama kehidupan (HPK) mengakibatkan *stunting*, yaitu kelainan jangka panjang yang menghambat tumbuh kembang serta perkembangan kognitif anak (BKKBN, 2021).

Anak-anak yang pertumbuhannya terhambat lebih cenderung mengalami tingkat kematian, morbiditas dan perkembangan kognitif dan motorik suboptimal yang lebih tinggi. Walaupun telah terlihat kemajuan dalam menurunkan angka *stunting* dalam beberapa tahun terakhir, terutama di beberapa bagian tertentu, kekhawatiran terhadap masalah ini masih tinggi. Memahami arah perkembangan prevalensi *stunting* sangat penting agar dapat merancang intervensi yang tepat dan efisien (Vaivada et al., 2020). *Stunting* dapat mengakibatkan efek kesehatan yang negatif sepanjang kehidupan mereka, seperti komplikasi yang mengancam jiwa selama masa persalinan; penurunan kinerja dan perkembangan kognitif; kehadiran sekolah yang rendah dan penurunan kapasitas penghasilan ketika mereka sudah dewasa (Vilcins et al., 2018).

Stunting pada anak usia dini adalah permasalahan serius dalam ranah kesehatan masyarakat di sejumlah negara, termasuk negara-negara berkembang. Tujuan dari artikel ini adalah untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang berkontribusi pada risiko *stunting*, dengan penekanan pada faktor sosial ekonomi, pemanfaatan layanan kesehatan ibu, dan karakteristik individu balita. *Stunting*, yang merupakan keterhambatan pertumbuhan fisik dan kemajuan kognitif pada anak usia dini, memiliki dampak yang signifikan pada kesehatan dan kesejahteraan anak dalam jangka panjang. Faktor-faktor risiko *stunting* meliputi aspek sosial ekonomi seperti pendapatan keluarga, tingkat pendidikan ibu, akses terhadap layanan kesehatan ibu, serta karakteristik individu seperti jenis

kelamin, usia, dan kondisi gizi pada saat kelahiran (Noor et al., 2022).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia yang dilaksanakan pada tahun 2021 menemukan bahwa 7,1% anak memiliki tubuh kurus atau kurus, sedangkan 24,4% anak mengalami *stunting* atau perawakan pendek. Fakta ini menegaskan bahwa *stunting* tetap menjadi isu krusial dalam kesehatan anak di Indonesia. Mungkin dibutuhkan tindakan lebih lanjut untuk menangani persoalan ini, seperti upaya intervensi yang difokuskan pada pemenuhan gizi, peningkatan akses terhadap layanan kesehatan, dan peningkatan pemahaman terhadap faktor-faktor yang berperan dalam terjadinya *stunting* (Fund, 2021)

Berdasarkan data yang diperoleh dari prevalensi kejadian *stunting* yang terjadi di Provinsi Banten adalah sebesar 20,0% dari seluruh Provinsi yang ada di Indonesia, adapun pevalensi balita *stunting* berdasarkan Kabupaten/ Kota yang ada di Provinsi Banten; Kabupaten Pandeglang 29,4%; Kabupaten Serang 26,4%; Kabupaten Lebak 26,2%; Kota Serang 23,8%; Kabupaten Tangerang 21,1%; Kota Cilegon 19,1%; Kota Tangerang 11,8% dan Kota Tangerang Selatan 9,0% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2022).

Berdasarkan data, Kota Cilegon berada pada katagori Zona *stunting* kuning dengan prevalensi 20,6%. Menurut Kabid Kesehatan Masyarakat Dinas Kesehatan Kota Cilegon Evelyn Yolanda Panggabean terjadi penurunan secara signifikan dari 29,08 pada tahun 2019 menjadi 20,6 % pada tahun 2021, karena survey status gizi dilakukan 2 tahun sekali. Dinas Kesehatan Kota Cilegon terus berupaya untuk menurunkan angka *stunting* dengan Merujuk pada Peraturan Presiden Nomor 42 Tahun 2013 yang fokus pada penyelamatan 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan), Peraturan Nomor 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Disarankan Bagi Bangsa Indonesia, Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 23 Tahun 2014. Republik Indonesia tentang Upaya Peningkatan Gizi, dan Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan *Stunting* Secara Holistik, Integratif, dan Berkualitas melalui Koordinasi, Sinergi, dan Sinkronisasi Antar Pemangku Kepentingan kemudian kebijakan kebijakan ini diturunkan melalui peraturan Wali Kota Cilegon No. : 470.05/Kep.86-DP3AKB/2022 Dengan

membentuk Tim Percepatan Penurunan *Stunting* (TPPS) (Hapidin, 2021).

Meningkatnya angka *stunting* pada bayi usia enam bulan hingga dua tahun menunjukkan bahwa anak-anak Indonesia tidak menerima pola makan atau nutrisi tambahan yang tepat. Lebih dari 40% bayi mendapat makanan pendamping ASI terlalu dini sebelum mereka berusia enam bulan 40% anak-anak berusia antara enam dan dua puluh empat bulan mengonsumsi lebih sedikit variasi dalam makanan mereka, dan 28% anak-anak tidak menyadari hal ini. Pola asuh dan status gizi sangat dipengaruhi oleh pemahaman orang tua (seorang ibu) maka, dalam mengatur kesehatan dan gizi di keluarganya. Karena itu, edukasi diperlukan agar dapat mengubah perilaku yang bisa mengarahkan pada peningkatan kesehatan gizi atau ibu dan anaknya (Moelok, 2018).

Terkait makanan pendamping ASI, lebih dari 40% bayi diperkenalkan kepada makanan pendamping ASI sebelum mereka berusia enam bulan, 40% anak-anak antara usia enam dan 24 bulan kurang mengonsumsi makanan yang bervariasi, dan 28% anak-anak tidak menerima makanan pendamping ASI. makanan yang cukup secara teratur. Akibatnya, semua anak-anak ini mengonsumsi makanan berkualitas buruk dan menderita defisit pola makan. Selain mencegah *stunting* dan kekurangan vitamin dan mineral, memberi makan bayi baru lahir dan balita dengan pola makan yang tepat dapat membantu mereka tumbuh dan berkembang secara maksimal sambil tetap menerima perawatan dan dukungan yang mereka butuhkan (Unicef, 2021).

Ketidaktahuan ibu tentang cara memberikan gizi yang cukup, termasuk variasi makanan sehat, porsi yang tepat, isyarat makan, dan makanan berdasarkan tahap perkembangan anak, menjadi salah satu penyebab terjadinya gizi buruk pada anak balita. Oleh karena itu, memberikan lebih banyak makanan pemulihan dapat membantu mengurangi masalah gizi buruk (PMT-P). Pemberian makanan tambahan pada balita yang menderita gangguan gizi berupa makanan yang memenuhi kebutuhannya dalam hal zat gizi dikenal dengan pemberian makanan tambahan pemulihan (Priistiansyah et al., 2022).

Stunting dapat diatasi dengan memastikan bahwa tubuh memiliki akses terhadap beragam nutrisi, yang dapat dicapai dengan pola makan yang beragam. Dalam jangka pendek, makanan tambahan dapat membantu memenuhi kebutuhan

nutrisi tanpa mengurangi konsumsi harian berbagai makanan dengan komponen seimbang (Budiana & Marlina, 2020; Khotimah, Lintang, et al., 2023). Salah satu cara untuk meningkatkan asupan gizi kelompok 1000 HPK adalah dengan penggunaan bahan pangan fungsional, seperti kurma (*Phoenix dactylifera L.*). Bahan makanan yang sempurna adalah kurma (*Phoenix dactylifera L.*), yang menawarkan sejumlah nutrisi penting dan manfaat bagi kesehatan. Wanita hamil, ibu menyusui, dan anak-anak harus makan kurma untuk memastikan perkembangan fisik dan mental sebaik mungkin (Fitriyani, 2013).

Buah kurma dikenal dan dipercaya oleh masyarakat karena terkenal akan manfaatnya, antara lain mengatasi anemia, meningkatkan stamina, meningkatkan kesuburan, membantu pemulihan penyakit, dan berbagai manfaat lainnya. Pemeriksaan kandungan nutrisi buah kurma menunjukkan komposisi nutrisi yang lengkap dan seimbang. Kurma kaya akan karbohidrat, beberapa mineral, terutama potasium dan zat besi, serat, nutrisi, dan berbagai vitamin lainnya. Kurma adalah makanan berenergi tinggi dengan keseimbangan sempurna antara karbohidrat, triptofan, asam lemak omega-3, vitamin C, vitamin B6, kalsium, magnesium, dan seng. Selain kandungan seratnya yang tinggi, kurma merupakan sumber potasium, mangan, fosfor, zat besi, sulfur, kalsium, dan magnesium. Kurma memiliki kemampuan untuk meningkatkan berat badan karena memiliki kandungan energi yang tinggi. Selain itu, mikronutrien dalam ekstrak kurma membantu tubuh dalam pertumbuhan tulang yang kuat, otot yang bekerja secara harmonis, dan pertumbuhan serta perbaikan sel, sehingga dapat merangsang pertumbuhan tubuh. Sari kurma juga dapat merangsang peningkatan nafsu makan. Ketika nafsu makan meningkat, proses konsumsi makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi tubuh, terutama keseimbangan energi, akan berjalan secara optimal. Hal ini akan menyebabkan peningkatan berat badan yang seiring dengan meningkatnya nafsu makan karena kurma memiliki manfaat khusus dalam membantu pertumbuhan baduta yang mengalami stunting karena kandungan gizinya yang kaya akan nutrisi penting seperti zat besi, kalsium, dan vitamin A (Nefta Mei Dayanni, 2022).

Masalah yang didefinisikan berdasarkan informasi di latar belakang di atas menjadi ketertarikan untuk melakukan penelitian lebih

lanjut mengenai Efektivitas Sari Kurma terhadap Peningkatan Pertumbuhan Baduta *Stunting* yakni dengan tujuan penelitian untuk mengevaluasi keefektivitaan sari kurma sebagai tambahan untuk koreksi peningkatan pertumbuhan baduta stunting di Kota Cilegon.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *pre eksperimen* yang menggunakan satu kelompok yaitu kelompok sari kurma dengan rancangan *pretest and posttest group design*. Bertujuan untuk mengevaluasi sari kurma sebagai tambahan untuk koreksi pertumbuhan pada anak *stunting* di Kota Cilegon. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Baduta sebanyak 40 namun yang mengalami *stunting* sebanyak 10 orang menjadi sampel. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik *total sampling* yakni baduta yang mengalami *stunting* sebanyak 10 sampel. Sampel diberi 5 mililiter sari kurma setiap pagi dan sore hari selama 30 hari, dengan kriteria inklusi tercatat sebagai warga Kota Cilegon, Status gizi dibawah batas normal, dan orang tua Baduta bersedia menjadi responden.

Sebelum dilakukan intervensi responden diberikan informasi tentang tujuan penelitian dan meminta orang tua responden dan menjelaskan tujuan penelitian dan meminta orang tua responden untuk mengisi dan menandatangani *informed consent* sebelum dilakukan penelitian. Peneliti mengukur tinggi badan dan berat badan Baduta dan memberikan sari kurma dan menjelaskan cara pemakaian dan dosis yang dikonsumsi setiap hari selama 30 hari.

Pada uji normalitas data diperoleh hasil bahwa Nilai sig. yaitu sebesar 0,246 (*pre test PB sari kurma*) dan 0,210 (*post test PB sari kurma*), 0,149 (*pre tes BB sari kurma*) dan 0,482 (*post test BB sari kurma*). Oleh karena nilai tersebut ($>0,05$) maka data dikatakan berdistribusi normal, sehingga digunakan *Paired T-Test* sebagai teknik analisis data pada penelitian ini. Apabila nilai $p < \alpha$ (0,05), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap pertumbuhan (Tinggi Badan dan Berat Badan) baduta. Penelitian ini telah memperoleh izin etik dari Komisi Etik Penelitian Politeknik Kesehatan Aisyiyah Banten dengan nomor izin etik 181/HM.3/ADUM/IV/2024. Penelitian ini didanai Oleh RisetMU Majelis Pendidikan Tinggi Penelitian dan Pengembangan Pimpinan

Pusat Muhammadiyah dengan Nomor: 0144/I.3/D/2024.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Karakteristik Baduta *Stunting* (n=10)

Variabel	Jumlah	
	F	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	7	70
Perempuan	3	30
Pendidikan Ibu		
Rendah	8	80
Tinggi	2	20

Tabel 1 menunjukkan distribusi gender anak-anak dalam kelompok intervensi. Sebagian besar baduta memiliki jenis kelamin laki-laki (70%). Sebagian besar ibu baduta memiliki tingkat pendidikan rendah (80%).

Tabel 2. Penambahan Panjang Badan dan Berat Badan *Pre-test* dan *Post-test* (n=10)

Penambahan pertumbuhan baduta <i>stunting</i>	F	%
Panjang Badan		
<i>Pre-test</i>	0	0
<i>Post-test</i>	10	100
Berat Badan		
<i>Pre-test</i>	0	0
<i>Post-test</i>	10	100

Berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil bahwa semua baduta (100%) mengalami penambahan panjang badan dan penambahan berat badan pada hasil *post test* yaitu setelah diberi sari kurma.

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Sari Kurma terhadap Pertumbuhan Baduta *Stunting* (n=10)

Pemberian Sari Kurma terhadap Pertumbuhan	Mean	SD	P value
Panjang Badan (PB)			
PB <i>Pre-test</i>	74,1	1,792	0,001
PB <i>Post-test</i>	76,6	2,119	
Berat Badan (BB)			
BB <i>Pre-test</i>	8.890	0,2923	0,000
BB <i>Post-test</i>	9.360	0,3273	

Tabel 3 menunjukkan bahwa setelah diberikan sari kurma terdapat perbedaan nilai rata-rata penambahan panjang badan dimana nilai *pre test* lebih rendah daripada *post test* $74.10 < 76.60$ dengan *p-value* 0.001 dengan demikian dapat dinyatakan ada perbedaan koreksi panjang badan pada baduta. Hasil kenaikan berat badan setelah diberikan sari kurma menunjukkan bahwa nilai rata-rata *pre test* lebih rendah dari pada *post test* $8.890 < 9.360$ dengan *p-value* 0.000 jadi dapat dinyatakan terdapat perbedaan koreksi berat badan pada baduta.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan berat badan dan tinggi badan baduta antara sebelum dan sesudah diberikan sari kurma, dapat disimpulkan bahwa sari kurma berpengaruh terhadap pertumbuhan baduta dilihat dari berat badan dan tinggi badan. Hal ini disebabkan oleh komposisi nutrisi Kurma Sehat yang lebih bervariasi. Kurma bergizi tinggi gula, protein, dan beberapa vitamin penting. "Kurma Sehat" yang disediakan adalah cairan kental dengan warna hitam, rasa manis, dan semua nutrisi yang terkandung dalam kurma. *Stunting* dapat dihindari berkat nilai gizi Kurma Sehat yang berfungsi sebagai pelengkap konsumsi makanan sehari-hari Penelitian (Fatmah, 2013) dalam penelitian (Budiana & Marlina, 2020).

Aktivitas, fungsi metabolisme untuk menggantikan jaringan yang rusak, detak jantung, pernapasan, pencernaan, dan fungsi fisiologis lainnya untuk menjaga sirkulasi darah. Ketidakseimbangan energi yang disebabkan oleh kurangnya asupan energi akan mengakibatkan masalah gizi seperti kekurangan energi kronis dan *stunting* jika ketidakseimbangan ini terus berlanjut *Stunting* Asupan kalori dalam penelitian ini ditentukan dengan menganalisis data dari empat recall 1 jam (Barasi, 2017).

Menurut hipotesis yang dikemukakan dalam buku "Keajaiban Kurma", individu kurus dapat memberikan makanan bergizi kepada balita dengan menggunakan kurma, yang dapat membantu menaikkan berat badan anak (Badwilan & Ahmad Salim, 2018) Dan Menurut buku *Islamic Food Combining*, konsumsi kurma bersama mentimun bisa menyebabkan penambahan berat badan (Indra, 2014). Walaupun nilai gizi sari kurma sedikit berbeda dengan kurma, namun kandungan utama dalam sari kurma tetaplah kurma, sehingga para peneliti dalam hal ini, disarankan agar memberikan jus kurma dari kurma yang masih segar adalah

pilihan yang lebih baik untuk meningkatkan status gizi anak. Jus kurma mengandung karbohidrat dalam jumlah yang relatif besar (81,9%). Makronutrien utama yang dibutuhkan tubuh untuk energi adalah karbohidrat. Mereka sangat penting untuk menambah massa otot dan berat badan karena membantu mendorong pertumbuhan dan perbaikan otot. Selain itu, pola makan kaya karbohidrat dapat meningkatkan asupan energi tubuh dan mempercepat metabolisme (Hardiansyah dkk, 2021).

Selain itu, sari kurma memiliki komposisi air, mineral, juga protein yang tepat untuk pertumbuhan. Pada masa pertumbuhan, terbentuklah jaringan-jaringan baru seperti massa otot, darah, membran, dinding sel dan protoplasma, dan lain-lain yang mengakibatkan bertambahnya berat badan pada individu (Sumardjo, 2016).

Hal ini pada dasarnya berarti bahwa kurma dan anggur-yaitu, buah kering dari kurma (tamr) dan anggur kering (kismis) serta buah olahan apa pun yang dibuat dari kedua buah tersebut apakah itu minuman, cuka, atau manisan dibolehkan. jus, semuanya aman dikonsumsi asalkan tidak disalahgunakan (seperti minuman keras) (Al-Quran, 2020).

Kemampuan sari kurma dalam meningkatkan nafsu makan menjadi salah satu kelebihanannya. Nafsu makan yang sehat dianggap krusial karena memungkinkan individu untuk mengonsumsi makanan yang memenuhi kebutuhan gizi tubuhnya secara optimal, terutama dalam menjaga keseimbangan energi. Ketika seseorang memiliki nafsu makan yang sehat, mereka lebih cenderung mengonsumsi jumlah makanan yang mencukupi untuk memenuhi kebutuhan kalori dan nutrisi mereka, yang pada akhirnya dapat membantu meningkatkan berat badan secara sehat. Dengan

demikian, mengonsumsi sari kurma dianggap dapat meningkatkan nafsu makan dan membantu seseorang dalam menjaga atau meningkatkan berat badan mereka dengan cara yang sehat. Namun, diperlukan perhatian khusus terhadap asupan gula, serta penting untuk mengintegrasikan sari kurma ke dalam pola makan yang seimbang dan beragam (Rosita, 2019).

Untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang stunting, edukasi yang terorganisir dan berkesinambungan diperlukan, termasuk penggunaan makanan berbasis bahan alami dan kearifan lokal seperti sari kurma (Khotimah, 2023; Khotimah, Nurseha, et al., 2023).

Simpulan

Terdapat perbedaan nilai rata-rata penambahan panjang badan dimana nilai *pre test* lebih rendah daripada *post test* menunjukkan adanya perbedaan koreksi panjang badan pada baduta. Hasil kenaikan berat badan setelah diberikan sari kurma menunjukkan bahwa nilai rata-rata *pre test* lebih rendah daripada *post test* yang menunjukkan adanya perbedaan koreksi pertumbuhan pada baduta.

Diharapkan bagi petugas kesehatan agar dapat memberikan pemahaman kepada orang tua anak tentang pentingnya gizi bagi anak serta dapat menjadikan sari kurma sebagai salah satu alternatif meningkatkan status gizi.

Daftar Pustaka

Al-Quran, T. D. A. R. I. (2020). *Terjemahan Departemen Agama Republik Indonesia*. Al-Quran, Terjemahan Departemen Agama Republik Indonesia - Edisi terjemahan resmi dalam bahasa Indonesia.

Allah SWT Berfirman Surat An-Nahl ayat 67 berbunyi:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَمِنْ ثَمَرَاتِ النَّخِيلِ وَالْأَعْنَابِ تَتَّخِذُونَ مِنْهُ سَكَرًا وَرِزْقًا حَسَنًا إِنَّ فِي ذَلِكَ
لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ

Artinya: Anda dapat menyiapkan makanan lezat dan koktail menggoda dengan kurma dan anggur. Bagi orang-orang yang memahaminya, sesungguhnya ada tanda (keagungan Allah) pada hal tersebut.

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2022). *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*.
- Badwilan, & Ahmad Salim. (2018). *The miracle of date* (W. F (ed.)). Pustaka Iman.
- Barasi, M. E. (2017). *Nutritional principles. Nutrition at a Glance*, 6–25.
- BKKBN. (2021). *Indonesia Cegah Stunting*.
- Budiana, T. A., & Marlina, D. (2020). Efektivitas Healthy Dates Sebagai Suplemen Koreksi Pertumbuhan Balita Stunting Di Kota Cimahi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 11(2), 137–151. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v11i2.185>
- Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (2023). "Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan." t.t. *Diakses 16 Februari 2023*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting.
- Fatmah, F. (2013). Intervensi biskuit tempe kurma bagi peningkatan status gizi balita penderita tuberkulosis. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 9(4), 147. <https://doi.org/10.22146/ijcn.18361>
- Fitriyani, nurul isnaini. (2013). *Potensi Bioaktivitas Pangan Fungsional dari Edamame (Glycine max L .) dan Kurma (Phoenix dactylifera L .) untuk Peningkatan Kualitas Asupan Gizi Kelompok Rawan Pangan 1000 HPK (Ibu Hamil , Ibu Menyusui , Anak dibawah 2 Tahun) di Wilayah Lingkar Kampu*. 1–10.
- Fund, U. N. C. (2021). *Laporan Tahunan 2021 Daftar Isi*.
- Hapidin, L. (2021). Angka Stunting di Kota Cilegon Diklaim Turun Drastis. *Banten Pos*.
- Hardiansyah dkk. (2021). *Uji preferensi nilai anti oksidan indeks glikemik, serta pengaruh sari kurma dan buah kurma terhadap stamina. Departemen gizi masyarakat FEMA :Bogor*.
- Indra, D. (2014). *Islamic Food Combining Menu Sehat Nabi Muhammad. Penerbit garudhawaca : Yogyakarta*. Garudhawaca.
- Khotimah, H. (2023). Pengaruh Pendidikan dan Penghasilan Keluarga terhadap Stunting pada Balita. *Jurnal Obstretika Scienta*, 11(2).
- Khotimah, H., Lintang, S. S., & Azkiya, F. (2023). The Influence of Socio-economy and Local Food Diversity on Stunting in Toddlers. *Consilium Sanitatis: Journal of Health Science and Policy*, 1(3), 147–160.
- Khotimah, H., Nurseha, N., Pertasari, R. M. Y., Subagio, S. U., & Trikawati, T. (2023). Penguatan Keanekaragaman Pangan berbasis Kearifan Lokal sebagai Upaya Mencegah Stunting pada Balita. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(4), 925–933.
- Moelok, N. F. (2018). Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi. <https://Sehatnegeriku.Kemkes.Go.Id/>.
- Mulyaningsih, T., Mohanty, I., Widyaningsih, V., Gebremedhin, T. A., Miranti, R., & Wiyono, V. H. (2021). Beyond personal factors: Multilevel determinants of childhood stunting in Indonesia. *PLoS ONE*, 16(11 November), 1–19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260265>
- Nefta Mei Dayanni, O. D. R. (2022). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Pemberian Buah Kurma Di Pmb Murtinawita Kota Pekanbaru. *Jurnal Kebidanan Tekini*, 02(2), 45–55.
- Noor, M. S., Andrestian, M. D., Dina, R. A., Ferdina, A. R., Dewi, Z., Hariati, N. W., Rachman, P. H., Setiawan, M. I., Yuana, W. T., & Khomsan, A. (2022). Analysis of Socioeconomic, Utilization of Maternal Health Services, and Toddler's Characteristics as Stunting Risk Factors. *Nutrients*, 14(20), 1–12. <https://doi.org/10.3390/nu14204373>
- Pristiansyah, Pranandita, N., Haritsah Amrullah, M., & Hasdiansah. (2022). Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat JURNAL DAMARWULAN Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 45–49.
- Rosita. (2019). *Khasiat dan keajaiban kurma*. PT Mizan pustaka.
- Rueda-Guevara, P., Botero-Tovar, N., Trujillo, K. M., & Ramírez, A. (2021). Worldwide evidence about infant stunting from a public health perspective: a systematic review. *Biomedica*, 41(4), 1–38. <https://doi.org/10.7705/biomedica.6017>
- Sumardjo, D. (2016). *Pengantar Kimia*. EGC.
- Unicef. (2021). *Situasi Anak di Indonesia*.
- Vaivada, T., Akseer, N., Akseer, S., Somaskandan, A., Stefopoulos, M., & Bhutta, Z. A. (2020). Stunting in childhood: An overview of global burden, trends, determinants, and drivers of decline. *American Journal of Clinical Nutrition*, 112, 777S-791S.



<https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa159>

Vilcins, D., Sly, P. D., & Jagals, P. (2018). Environmental risk factors associated with child stunting: A systematic review of the literature. *Annals of Global Health*, 84(4), 551–562. <https://doi.org/10.29024/aogh.2361>