

EDUCATION ON ADDRESSING STUNTING ISSUES AND PROCESSING LOCAL FOOD INGREDIENTS INTO HIGH-PROTEIN AND IRON-RICH FOODS FOR THE COMMUNITY IN CEMANI SUBDISTRICT SUKOHARJO

EDUKASI MENGATASI PERMASALAHAN STUNTING DAN PENGOLAHAN BAHAN PANGAN LOKAL MENJADI MAKANAN YANG TINGGI PROTEIN DAN ZAT BESI BAGI MASYARAKAT DI KELURAHAN CEMANI SUKOHARJO

Ovikariani ^{1)*}, Lusia Murtisiwi ²⁾, Greggy Giovananda Afandty Putra ³⁾, Riska Sulistyani Agustin ⁴⁾, Sisilia Laurentin Evelin Nani⁵⁾, Nabila Sepgialuni Sailirrahma⁶⁾

¹²³⁴⁵⁶⁾ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional

email : ovikariani@gmail.com

ABSTRACT

Stunting is a health problem that has an impact on inhibiting physical, mental, and health growth of children. Data obtained from the Central Statistics Agency of Sukoharjo District in 2023, the prevalence of stunting in the Sukoharjo area reached 24.3%. The Cemani area is included in one of the sub-districts in the Sukoharjo area. When viewed from the description of the problem, it is necessary to handle it through a community service program that aims to improve community understanding and skills in processing local fish into healthy food as an effort to prevent stunting. Community service activities were carried out at the Nusa Idah Posyandu Center, Cemani, which consisted of several stages such as planning, implementation, pre-test, socialization, product demonstration, Q&A and post-test. The results of the community service activities were that the activities ran smoothly with 37 participants attending. The question and answer session showed that participants were interested in the demonstration of the use of local food ingredients as a solution to prevent stunting. In addition, the community service carried out was able to increase community understanding as evidenced by the average pre-test score of 71.25 to a post-test score of 81.76. Based on the description, it can be concluded that the community service program carried out was successful in increasing the understanding and skills of the community in Cemani Village.

Keywords: *Moringa Leaves, Nuggets, Patin Fish, Spinach Leaves, Stunting*

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan yang berdampak terhadap penghambatan pertumbuhan fisik, mental, dan kesehatan anak. Data yang didapatkan dari Badan Pusat Statistik Kecamatan Sukoharjo tahun 2023, prevalensi stunting di wilayah Sukoharjo mencapai 24,3%. Daerah Cemani termasuk ke dalam salah satu kelurahan yang berada di wilayah Sukoharjo. Jika ditinjau dari uraian masalah tersebut, perlu dilakukan penanganan melalui program pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta keterampilan masyarakat dalam mengolah ikan lokal menjadi makanan sehat sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Balai Posyandu Nusa Idah, Cemani yang terdiri dari beberapa tahapan seperti perencanaan, pelaksanaan, pre-test, sosialisasi, demonstrasi produk, tanya jawab dan post-test. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat yaitu kegiatan berjalan lancar dengan dihadiri 37 peserta. Pada sesi tanya jawab menunjukkan peserta memiliki ketertarikan terhadap demonstrasi pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai solusi pencegahan stunting. Selain itu, pengabdian yang dilakukan mampu meningkatkan pemahaman masyarakat dengan dibuktikan dari rata-rata nilai pre-test sebesar 71,25 menjadi nilai post-test sebesar 81,76. Berdasarkan uraian dapat disimpulkan bahwa program

pengabdian masyarakat yang dilakukan berhasil dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat di Kelurahan Cemani.

Kata Kunci : Daun Bayam, Daun Kelor, Ikan Patin, Nugget, Stunting

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan yang sangat serius di Indonesia. Berdasarkan Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting, stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis serta infeksi berulang. Kondisi ini ditandai dengan tinggi atau panjang badan yang berada di bawah standar yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan. Stunting, yang mengacu pada postur tubuh pendek pada balita, merupakan permasalahan gizi kronis yang diukur berdasarkan tinggi badan sesuai usia. Menurut standar WHO-MGRS tahun 2005, seorang balita dikategorikan mengalami stunting jika memiliki nilai z-score di bawah -2 SD, dan diklasifikasikan sebagai sangat pendek jika nilai z-score berada di bawah -3 SD (Kesehatan RI, 2016). Data dari Kementerian Kesehatan RI melalui Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa terdapat sekitar 8,7 juta atau 30,8% balita di Indonesia yang mengalami stunting (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hingga tahun 2024, angka stunting di Indonesia masih tergolong tinggi, mencapai 24,4% pada tahun 2021. Namun, terjadi tren penurunan pada tahun 2022 menjadi 21,6%, kemudian menjadi 17,8% pada tahun 2023, dengan target pemerintah untuk menurunkannya menjadi 14% pada tahun 2024 (Kemenkes RI, 2022).

Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan yang signifikan di Indonesia, terutama di daerah dengan akses terbatas terhadap pangan bergizi. Kelurahan Cemani, Kecamatan Grogol, Kabupaten Sukoharjo, termasuk wilayah dengan angka stunting yang cukup tinggi berdasarkan data e-PPGBM tahun 2023. Kurangnya kesadaran akan pentingnya asupan gizi yang cukup, khususnya protein dan zat besi, menjadi salah satu faktor utama penyebab kondisi ini. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Kecamatan Sukoharjo tahun 2023, prevalensi stunting di wilayah Sukoharjo mencapai 24,3%, sedangkan menurut data e-PPGBM 2023, angka tersebut tercatat sebesar 7,1%. Selain itu, laporan e-PPGBM tahun 2023 menunjukkan bahwa tingkat prevalensi stunting di Sukoharjo sebesar 13,40%. Adapun cakupan pengukuran balita yang hadir di posyandu di wilayah tersebut tercatat sebesar 5,40% pada tahun 2020. Pada tahun 2021, jumlah balita yang mengalami stunting meningkat menjadi 390 anak, namun mengalami penurunan pada tahun 2023 menjadi 359 anak (Statistik, 2021). Stunting dapat menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan mental, dan kesehatan anak, berisiko menyebabkan kondisi kurang optimal saat dewasa. Penyebab utamanya adalah kurangnya asupan gizi, yang bergantung pada pola makan, termasuk MP-ASI. WHO merekomendasikan ASI eksklusif hingga 6 bulan, kemudian dilanjutkan dengan MP-ASI untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi (Novitasari, 2020). Penanganan stunting meliputi perawatan medis, intervensi nutrisi dan non-nutrisi, perbaikan tidur, serta aktivitas fisik. Nutrisi difokuskan pada makanan seimbang dengan protein hewani 10-15% PER, sementara non-nutrisi mencakup imunisasi, stimulasi perkembangan, dan pemberian hormon jika diperlukan. Bayi dengan berat lahir rendah dianjurkan mengonsumsi Human Milk Fortifier atau susu formula prematur. Konsumsi protein hewani, terutama ikan kaya asam amino, efektif mencegah stunting, dengan nugget ikan patin sebagai alternatif pangan bergizi. Nugget ikan patin dibuat dengan fillet ikan yang dicampur sayuran seperti wortel, bayam, dan daun kelor. Ikan patin memiliki pertumbuhan cepat, mudah beradaptasi, serta tinggi protein dan lemak sehat. Wortel kaya akan vitamin A, K1, C, dan beta-karoten yang mendukung imunitas balita. Daun kelor mengandung banyak antioksidan, protein, kalsium, dan zat besi, menjadikannya ideal untuk mengatasi kekurangan gizi. Bayam kaya vitamin A, C, K, serta zat besi dan kalsium, yang penting untuk mencegah anemia, mendukung kesehatan tulang, dan melindungi tubuh dari radikal bebas, sehingga efektif dalam pencegahan stunting. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta keterampilan masyarakat dalam mengolah ikan lokal menjadi makanan sehat sebagai upaya pencegahan stunting. Dengan adanya penyuluhan dan pelatihan ini

diharapkan ibu-ibu di Kelurahan Cemani dapat mengadopsi pola makan sehat bagi anak-anak mereka dan mengurangi angka kejadian stunting di wilayah tersebut

METODE

Pelaksanaan kegiatan di Balai Desa Kampung Candi dilakukan melalui sosialisasi berupa penyuluhan tentang pentingnya pengetahuan, pencegahan, dan dampak stunting, serta demonstrasi pembuatan nugget ikan patin. Metode ini dirancang agar program yang dijalankan sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Kegiatan diawali dengan identifikasi kebutuhan desa melalui survei lapangan dan diskusi kelompok, dengan data yang diperoleh dari kader Posyandu sebagai dasar penyusunan rencana kegiatan. Setelah rencana disusun, program dilaksanakan sesuai jadwal yang ditetapkan. Nugget ikan patin dipilih sebagai produk olahan karena ikan patin memiliki pertumbuhan cepat, kemampuan adaptasi tinggi, cita rasa lezat, serta kandungan gizi yang baik, termasuk protein sekitar 16,1% dan lemak 5,7% (Yuliantini *et al.*, 2022). Ikan patin juga melimpah di pasaran dan bernilai gizi tinggi, sehingga dapat diolah menjadi makanan bergizi untuk membantu menurunkan angka stunting. Oleh karena itu, dikembangkan inovasi pangan berupa nugget ikan patin sebagai alternatif makanan bergizi bagi anak-anak. Pembuatan nugget ikan patin bertujuan untuk memperkenalkan konsep, manfaat, serta pemahaman mengenai stunting, termasuk pencegahan dan dampaknya, kepada masyarakat Desa Kampung Candi. Kegiatan ini juga mengajarkan teknik pengolahan nugget ikan patin dan dilaksanakan pada Rabu, 12 Februari 2025, di Kelurahan Cemani.

1. Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan merupakan tahap pertama yang dilakukan di Desa Saka Batur. Tahap ini dilakukan untuk mendesain kemasan dan label (stiker logo) yang nantinya akan dimuat dalam logo nugget ikan patin, Buku saku, leaflet tentang stunting

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, menyiapkan peralatan dan bahan yang diperlukan untuk pembuatan nugget serta pelaksanaan kegiatan. Selain itu, mereka juga melakukan uji coba pengolahan nugget ikan patin dan mencetak stiker logo produk yang akan ditempel pada kemasan

3. Pre Test

Kegiatan pengabdian ini dimulai dengan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan responden terkait definisi, faktor, dan dampak stunting, manfaat ikan patin, serta inovasi dan teknik pengolahan nugget ikan patin.

4. Sosialisasi materi stunting

Metode ini dilakukan melalui presentasi langsung menggunakan media PowerPoint serta pembagian brosur yang berisi informasi mengenai stunting dan cara pembuatan nugget ikan patin. Materi presentasi mencakup edukasi tentang permasalahan stunting agar masyarakat Kelurahan Cemani lebih memahami serta mewaspadaai risikonya, sehingga upaya pencegahan dapat dilakukan melalui penyuluhan

5. Demonstrasi pembuatan produk nugget ikan patin

Pembuatan produk dilakukan setelah bahan dan alat yang disiapkan dengan lengkap.

6. Tanya jawab dan Post Test

Metode ini diterapkan untuk mengukur pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan serta memberikan kesempatan bagi mereka untuk mengajukan pertanyaan jika ada hal tambahan yang ingin dipahami terkait produk yang dibuat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dan pengenalan produk olahan terkait tema stunting yang dilaksanakan di Balai Desa Kampung Candi, Kelurahan Cemani, Kecamatan Grogol pada hari Selasa, 12 Februari 2025. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat, terutama ibu hamil dan kader Posyandu, mengenai stunting dan cara pencegahannya, mengajarkan pengolahan bahan pangan lokal menjadi makanan sehat dan bergizi tinggi. Meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya asupan nutrisi dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) anak. Kegiatan ini dikatakan lancar dan berhasil. Pada tahap persiapan, dilakukan koordinasi dengan pihak kantor kepala Desa Cemani yaitu kepala desa dan sekretaris desa, kemudian dibantu oleh ibu kader posyandu Cemani, ibu posyandu yang ada di Kampung Candi Nusa Indah, ibu bidan dari Desa Cemani yang menerima dan mendukung kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan oleh Tim Pengabdian sehingga dapat memberikan ilmu dan pengetahuan bagi masyarakat sekitar yang menjadi peserta. Masyarakat yang menjadi sasaran penyuluhan kesehatan terkait stunting di Desa Cemani adalah para ibu hamil dan Perwakilan Kader Posyandu tiap desa yang terdapat di sekitar Kelurahan Cemani yang berjumlah 37 orang perwakilan dari tiap posyandu dan dengan dikoordinasikan oleh Ibu kader dan ibu bidan yang ada di Desa Cemani. Pada tahap pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat Penyuluhan berjalan lancar dan mendapatkan respons positif dari peserta. Mayoritas peserta datang tepat waktu dan menunjukkan antusiasme tinggi, terlihat dari banyaknya peserta yang mencatat materi serta aktif dalam sesi diskusi. Materi yang disampaikan dengan tema “Edukasi Permasalahan Stunting dan Pengolahan Bahan Pangan Lokal Menjadi Makanan Sehat dan Bergizi Tinggi Pada Masyarakat di Kelurahan Cemani, Kab.Sukoharjo”, adapun point materi yang di sampaikan meliputi: a) pengertian stunting (b Tingginya Angka stunting di indonesia (c) faktor yang menyebabkan Stunting (d) Dampak Jangka Panjang dan pendek stunting pada Anak, dan (e) Demonstrasi tutorial cara pembuatan produk olahan nugget yang berbahan dasar ikan patin sebagai contoh produk olahan yang kaya protein. Selain pemaparan materi, dilakukan sesi tanya jawab interaktif yang menunjukkan tingkat ketertarikan peserta terhadap topik ini. Peserta aktif berdiskusi tentang cara mencegah stunting dan bagaimana memanfaatkan bahan pangan lokal sebagai solusi gizi. Dalam pelaksanaan kegiatan dilakukan pre test dan post test untuk mengetahui Tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah diberikan materi. Penyampaian materi oleh pemateri dapat dikatakan berhasil, terbukti dengan meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya pola makan sehat dan bergizi. Ibu hamil juga semakin memahami kebutuhan gizi yang diperlukan untuk mencegah stunting sejak masa kehamilan. Selain sesi penyuluhan, pemateri juga mengadakan demonstrasi pembuatan nugget berbahan dasar ikan patin, yang kaya akan protein dan zat besi, sebagai salah satu langkah pencegahan stunting sejak dalam kandungan. Antusiasme peserta terlihat dari perhatian mereka terhadap video tutorial pembuatan nugget yang ditampilkan oleh panitia, serta banyaknya pertanyaan yang diajukan mengenai cara pencegahan stunting.



Gambar 1 | Pelaksanaan kegiatan PkM

Produk yang diperkenalkan adalah nugget ikan patin, yang dapat menjadi alternatif MPASI atau pilihan makanan bagi anak yang kurang menyukai sayuran. Nugget ini dibuat dari fillet ikan patin yang

diperkaya dengan wortel, bayam, dan daun kelor untuk menambah kandungan gizi. Peserta juga diberikan brosur berisi informasi mengenai manfaat dan cara pembuatan nugget ikan patin guna meningkatkan pemahaman mereka. Demonstrasi pembuatan nugget ikan patin juga dapat menarik perhatian peserta, yang menunjukkan minat tinggi dalam mengaplikasikan inovasi pangan ini sebagai solusi bergizi bagi anak-anak mereka. Secara keseluruhan, kegiatan ini efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang untuk pencegahan stunting, serta memberikan keterampilan praktis dalam mengolah bahan pangan lokal.

Untuk mengukur tingkat pemahaman awal masyarakat sebelum mengikuti sosialisasi, dilakukan pre test. Setelah sesi sosialisasi selesai, peserta diberikan lembar posttest. Pre test dan post test ini berupa serangkaian pertanyaan yang menguji pengetahuan peserta mengenai materi yang disampaikan. Hasil dari kedua tes tersebut kemudian dibandingkan untuk melihat perubahan pemahaman sebelum dan sesudah penyuluhan. Berdasarkan hasil pretest dan posttest, diketahui bahwa peserta di Desa Cemani telah memiliki pemahaman tentang stunting serta kesadaran akan bahayanya bagi anak dan ibu hamil. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor post test dibandingkan pre test setelah penyampaian materi. Data hasil pre test dan pos test kemudian dianalisis menggunakan SPSS dengan uji Paired Sample Test. Hasil analisis SPSS menunjukkan bahwa rata-rata skor pre-test adalah 71,25 dengan standar deviasi 15,187, sedangkan rata-rata skor post-test meningkat menjadi 80,62 dengan standar deviasi 13,897. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 34 orang. Kenaikan nilai rata-rata post-test dibandingkan pre-test mengindikasikan adanya peningkatan pemahaman peserta setelah penyuluhan. Uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,005, yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini membuktikan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test. Dengan demikian, program edukasi mengenai stunting terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Cemani terkait pentingnya gizi dalam pencegahan stunting.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini menarik minat peserta, yang terlihat dari partisipasi aktif dalam diskusi serta hasil kuesioner. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Cemani terkait pentingnya gizi dalam pencegahan stunting, berdasarkan hasil evaluasi sebagaimana dibuktikan oleh kenaikan skor post-test dibandingkan pre-test. Selain itu, manfaat dari kegiatan ini berhasil menjangkau ibu-ibu PKK di tingkat kelurahan, sehingga berpotensi memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan stunting. Namun kegiatan ini juga terdapat beberapa keterbatasan dalam koordinasi pelaksanaan kegiatan, serta ada beberapa peserta kegiatan tidak mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir dan tidak mengisi posttest dengan kemampuan sendiri. Sebagai tindak lanjut dari tim pengabdian akan melakukan survey lanjutan tentang materi stunting dan evaluasi penerapan tentang alternatif makanan bagi ibu sebagai pengganti MPASI.

SARAN

Kegiatan ini memiliki kendala dalam pelaksanaannya sehingga terdapat beberapa hal yang disarankan bagi kegiatan berikutnya agar lebih efektif dalam pelaksanaannya. Pertama, dalam kegiatan survei lapangan pelaksana harus mampu mengantisipasi jika jumlah kuota peserta tidak sesuai dengan kuota awal pada undangan serta Pemilihan hari pada puncak acara pengabdian masyarakat lebih disesuaikan agar jumlah kuota peserta sesuai dengan undangan yang telah dibuat. Kedua, Diharapkan pengabdian ini memberikan dampak yang berkelanjutan, maka perlu dilaksanakan pelatihan lanjutan secara berkala masyarakat desa Cemani, Grogol, Sukoharjo.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Balai Desa Kampung Candi, Kelurahan Cemani atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama kegiatan ini berlangsung. Kami juga menyampaikan

ucapan terimakasih kepada STIKES Nasional yang telah memberikan dukungan penuh dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Semoga kerja sama ini dapat terus terjalin dan program edukasi serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan demi kesehatan dan kesejahteraan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. 2022. "Kemenkes RI NoHK.01.07/MENKES/1928/2022 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Stunting." Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 1-52.
- Kementerian Kesehatan RI. 2016. INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek. Jakarta Selatan.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Nofiyanto, Erwin, and Antonia Nani Cahyanti. 2023. "Pengaruh Penambahan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Dan Ubi Jalar Ungu (*Ipomoea Batatas L*) Terhadap Karakteristik Kimia Dan Organoleptik Makanan Pendamping ASI (MP-ASI)." *J. Sains Dan Teknologi Pangan* 8(5):6577-91.
- Statistik, B. P. (2021). Kecamatan Sukoharjo Dalam Angka Stunting.
- Yuliantini, Emy, Kamsiah Kamsiah, Tonny C. Maigoda, and Aripin Ahmad. 2022. "Asupan Makanan Dengan Kejadian Stunting Pada Keluarga Nelayan Di Kota Bengkulu." *AcTion: Aceh Nutrition Journal* 7(1):79. doi: 10.30867/action.v7i1.579.