

EDUKASI STUNTING DAN PELATIHAN PENGOLAHAN MAKANAN BERBAHAN DASAR IKAN DI DESA MENINTING

Lina Permatasari*, Handa Muliastari, Rizqa Fersiyana Deccati, Neneng Rachmalia Izzatul Mukhlisah, Selvira Anandia Intan Maulidya, Alfini Junaida, A'yuni Guban Juniarza, Afifah Tasya Kamila, Fadirah Hayyatun Nufus, Hidaynu Patya Putri, Nadia Magfira Nurmalasanti, Wiwin Azariani, Lalu M. Rifqi Azami S, Noval Tunggal Arya Rezky, Imam Afriza Faishal

*Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Mataram, Mataram, Indonesia*

Jalan Majapahit, No. 62, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Korespondensi: Lina.permatasari@unram.ac.id

| | | |
|-------------------|-------------------------------------|--|
| Artikel history : | <i>Received</i> : 19 September 2024 | DOI : https://doi.org/10.29303/pepadu.v5i4.5940 |
| | <i>Revised</i> : 20 Oktober 2024 | |
| | <i>Published</i> : 30 Oktober 2024 | |

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis akibat rendahnya asupan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan. Stunting juga didefinisikan dengan kondisi tinggi badan seseorang yang kurang dari normal berdasarkan usia dan jenis kelamin akibat dari malnutrisi kronis yang sudah berlangsung bertahun-tahun. Pola makan merupakan salah satu faktor yang menjadi faktor kejadian stunting. Makanan yang tinggi protein hewani, misalnya ikan, merupakan bahan makanan yang mampu mencegah dan mengobati terjadinya stunting. Desa Meninting merupakan salah satu desa di Daerah Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat yang mata pencaharian utamanya yaitu nelayan. Banyak jenis ikan laut yang dihasilkan, namun anak-anak tidak menyukai mengkonsumsi ikan. Oleh karena itu, pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi terkait stunting pada Ibu-Ibu di Desa Meninting dan memberikan pelatihan cara pengolahan ikan laut menjadi nugget yang lebih disukai oleh anak. Tahapan pada kegiatan ini meliputi persiapan kegiatan, pelaksanaan sosialisasi berupa edukasi terkait stunting dan pelatihan pengolahan ikan laut (ikan tongkol dan ikan guling-guling) dan evaluasi kegiatan melalui pemberian umpan balik oleh peserta. Berdasarkan hasil pendataan, peserta pengabdian 61% merupakan usia produktif (20-40 tahun) dan 79,5% merupakan Ibu Rumah Tangga. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat terkait stunting setelah dilakukan edukasi stunting. Sementara itu, pelatihan pembuatan nugget berbahan dasar ikan ini 88% responden menyatakan bahwa acara ini sangat penting. Selain itu, 79% responden menyatakan bahwa pengabdian ini sangat bermanfaat bagi mereka. Hasil pengabdian ini dapat dilanjutkan dengan pelatihan lanjutan terkait pengolahan nugget ikan berskala besar, pengemasan dan pendaftaran produk sehingga selain dapat meningkatkan kesehatan, namun dapat meningkatkan perekonomian masyarakat.

Kata kunci: stunting, nugget, ikan, protein tinggi

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis akibat rendahnya asupan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan, yakni sejak janin hingga bayi berumur 2 tahun (Aryu, 2020). Stunting juga didefinisikan dengan kondisi tinggi badan seseorang yang kurang dari normal berdasarkan usia dan jenis kelamin akibat dari malnutrisi kronis yang sudah berlangsung bertahun-tahun (Khalizahy et al., 2022). Dengan kata lain, anak mengalami perlambatan pertumbuhan sehingga cenderung memiliki tubuh pendek atau di bawah rata-rata. Menurut hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022, prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2022 mencapai angka 21,6% (Kemenkes, 2023). Angka ini sudah mengalami penurunan dari angka 24,4% di tahun 2021, tetapi masih belum memenuhi standar yang ditetapkan WHO yaitu kurang dari 20%

Pemerintah telah mengatur serangkaian intervensi melalui Strategi Nasional untuk Percepat Pencegahan Stunting. Langkah-langkah yang sudah dilakukan pemerintah untuk menangani stunting antara lain meningkatkan koordinasi pemerintah pusat-daerah dan kolaborasi multisektoral, mengintegrasikan intervensi gizi dengan tindakan pengentasan kemiskinan, meningkatkan kapasitas gizi ibu dan petugas kesehatan masyarakat setempat, mempromosikan makanan lokal untuk menunjang kecukupan gizi anak, dan penguatan keterlibatan masyarakat dalam mengatasi stunting di tingkat lokal (Arini & Peranto, 2023). Namun, dukungan lebih lanjut masih diperlukan untuk menangani stunting.

Peningkatan risiko stunting dikaitkan dengan kurangnya pengetahuan ibu dan pola asuh negatif sehingga memerlukan perhatian khusus dari pemerintah Indonesia (Atamou et al., 2023). Selain itu, beberapa faktor dilaporkan mempengaruhi risiko stunting yaitu tingkat pendidikan, pekerjaan dan usia saat kehamilan ibu (Nurfatimah et al., 2021). Kendala lain yang dapat memicu kejadian stunting yakni kemiskinan sehingga daya beli masyarakat menjadi rendah, hal ini diperparah dengan terbatasnya akses terhadap kesehatan dan informasi gizi pada ibu hamil. Selain itu, sarana dan prasarana pendukung intervensi stunting yang masih terbatas dan tidak adanya petunjuk teknis yang jelas dapat menghambat program percepatan penurunan stunting (Syafrawati et al., 2023).

Pola makan juga mempengaruhi tingkat kecukupan gizi anak sehingga akan mempengaruhi tumbuh kembangnya (Sibarani et al., 2016). Protein hewani merupakan sumber makanan yang kandungan gizinya lengkap sehingga dapat meningkatkan tumbuh kembang anak (Sholikhah & Dewi, 2022). Oleh karena itu angka stunting dapat diturunkan. Salah satu protein hewani yang mudah diperoleh dan harganya terjangkau, namun kaya dengan gizi yaitu ikan tongkol dan ikan guling-guling.

Ikan tongkol segar mengandung kadar air sebesar 70-80% serta kadar protein yang tinggi (Hizbullah et al., 2020). Menurut (Kannaiyan et al., 2019), ikan tongkol merupakan salah satu sumber nutrisi dan asam lemak yang baik, serta memiliki kandungan protein dan nilai gizi yang tinggi mengingat kandungan lipid totalnya sebagian besar berbentuk *Polyunsaturated Fatty Acids* (PUFA). Selain itu, ikan tongkol mengandung omega-3 yang berperan untuk meningkatkan fungsi otak bayi. Sementara itu, ikan guling-guling memiliki kesamaan dengan ikan kembung. Ikan kembung juga memiliki kandungan omega 3 yang tinggi. Kadar protein dan kadar lemaknya secara berurutan yaitu 48% dan 52%. Ikan kembung dan tongkol asam lemak tak jenuh secara berurutan yaitu 4,7% dan 0,2%. Selain itu, kadar kolesterol ikan kembung dan ikan tongkol secara berurutan yaitu 47% dan 77% (Rahmah, 2017; Susanto, 2016).

Desa Meninting merupakan salah satu desa yang ditargetkan pemerintah agar angka stunting anak-anak dan balita disana turun. Pada tahun 2023 angka stunting di Desa Meninting mencapai 12%. Sehingga tahun 2024 ini diharapkan angka stunting tersebut bisa turun. Selain

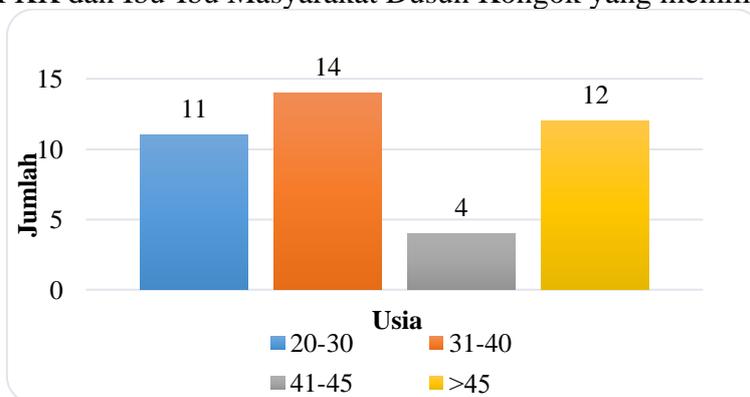
itu, jumlah ikan tongkol dan ikan kembung (guling-guling) banyak dihasilkan oleh nelayan di daerah pesisir pantai dekat Desa Meninting. Namun, anak-anak kebanyakan tidak suka mengonsumsi ikan karena rasanya yang amis. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang pencegahan stunting dan pelatihan kepada masyarakat setempat terutama ibu-ibu di Desa Meninting terkait pengolahan ikan tongkol dan ikan guling-guling menjadi nugget yang lebih disukai oleh anak-anak.

METODE KEGIATAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan pada tanggal 4 Agustus 2024. Pelaksanaan pengabdian dilakukan di Dusun Kongok, Desa Meninting, Lombok Barat. Objek sasaran yaitu Ibu-Ibu PKK dan Ibu-ibu yang memiliki anak-anak balita. Jumlah anggota yang terlibat sekitar 40 orang. Pelaksanaan program Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan dengan metode pendekatan partisipatif. Masyarakat Dusun Kongok secara aktif dilibatkan dalam setiap tahapan dan kegiatan pembinaan yang dilakukan melalui pendidikan kesehatan tentang stunting, pelatihan pembuatan nugget ikan serta pembagian *leaflet* berisi materi edukasi. Evaluasi dilakukan melalui penilaian berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

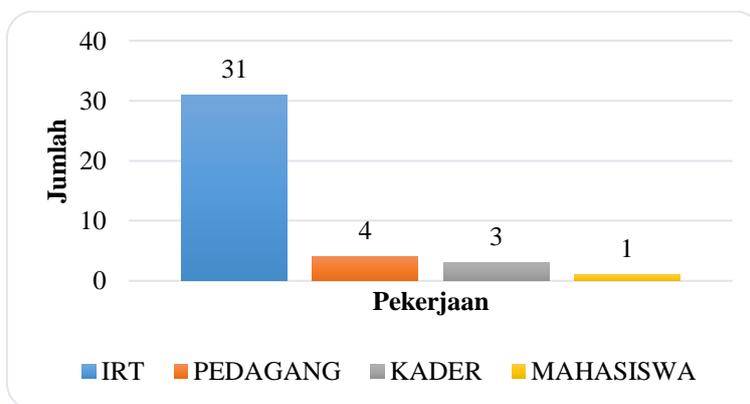
Pengabdian Kepada Masyarakat dilakukan di Dusun Kongok, Desa Meninting, Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat pada tanggal 4 Agustus 2024. Dusun Kongok dijadikan tempat pengabdian karena info dari ketua Kader bahwa Dusun Kongok memiliki angka stunting cukup tinggi dan dipusatkan menjadi tempat pengolahan berbagai pangan berbahan dasar ikan, seperti abon ikan, namun pembuatan nugget ikan belum pernah dilakukan. Agenda Pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan terdiri dari 2, yaitu penyuluhan atau edukasi terkait stunting dan pelatihan pembuatan nugget berbahan dasar ikan. Sasaran kegiatan ini yaitu Ibu-Ibu PKK dan Ibu-Ibu Masyarakat Dusun Kongok yang memiliki usia produktif.



Gambar 1. Sebaran Usia Masyarakat Dusun Kongok yang Hadir pada acara pengabdian

Acara Pengabdian kepada Masyarakat yang kami lakukan diawali dengan sambutan oleh Kepala Dusun Kongok, Bapak Robi, dan sambutan oleh Ketua Pengabdian Kepada Masyarakat, Ibu Dr. apt. Lina Permatasari, S.Farm. Acara ini dihadiri sekitar 42 orang yang terdiri atas Ibu-Ibu dan Kader. Berdasarkan hasil survei kami, Masyarakat yang hadir berusia produktif (20-40 tahun) sebanyak 61% (Gambar 1). Usia produktif tersebut merupakan usia yang ideal untuk hamil dan melahirkan (Purborini & Rumaropen, 2023). Hal tersebut menunjukkan bahwa masyarakat yang hadir pada acara pengabdian tersebut sesuai dengan sasaran. Selain itu, ibu-ibu yang hadir sebanyak 79,5% merupakan Ibu Rumah Tangga (Gambar 2). Oleh karena itu, pelatihan pembuatan nugget ikan ini selain meningkatkan taraf kesehatan anak-anak mereka,

namun dapat menjadi sumber penghasilan ekonomi mereka jika nugget ikan yang dibuat ingin dijual. Seperti yang dilakukan di Kelurahan Sukawana, IRT menjadi target untuk dilakukan pelatihan pengolahan pangan untuk pembedayaan IRT produktif (Surani et al., 2023).



Gambar 2. Sebaran Pekerjaan Ibu-Ibu di Dusun Kongok, Desa Meninting yang Hadir saat Pengabdian

Edukasi stunting

Penyampaian materi stunting disampaikan oleh dr. Decky Aditya Zulkarnaen. Edukasi tersebut berisi tentang pengenalan, gejala, penyebab, solusi stunting dan mitos yang banyak



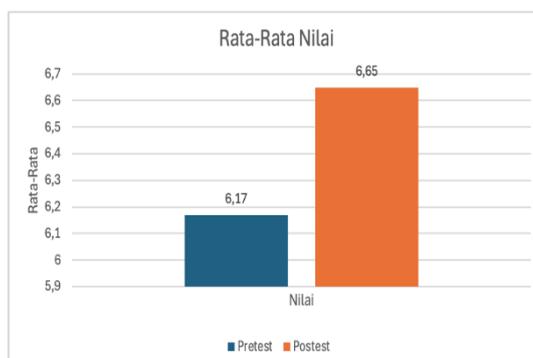
Gambar 3. Penyampaian Materi Edukasi Stunting

disalahpahami oleh masyarakat terkait stunting. Materi tersebut juga tercantum pada *leaflet* yang dibagikan kepada peserta acara pada saat registrasi (Gambar 4). Masyarakat sangat antusias menyimak materi dan melontarkan beberapa pertanyaan kepada pemateri. Setelah itu, acara edukasi stunting ditutup dengan dibagikan hadiah bagi peserta yang aktif dan mampu menjawab pertanyaan dari panitia terkait dengan materi stunting.

Sebelum materi disampaikan, peserta diwajibkan mengerjakan soal *pretest*. Setelah penyampaian materi, dilanjutkan dengan pengerjaan soal *posttest*. Nilai *pretest* memiliki skor rata-rata sebesar 6,17 poin dari skor maksimal 10 poin. Sebagian besar ibu-ibu tampaknya mengetahui informasi terkait stunting. Jika dibandingkan antara hasil nilai *pre test* dengan *post test* (Gambar 4) maka terlihat bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor nilai pada *post test* sebesar 0,48 poin menjadi 6,65. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pemahaman informasi stunting pada peserta penyuluhan.



Gambar 4. Leaflet Materi Stunting



Gambar 5. Rata-Rata Nilai *Pretest* dan *Posttest*

Pelatihan pengolahan pembuatan nugget

Agenda kedua yaitu pelatihan pembuatan nugget berbahan dasar ikan tongkol dan ikan kembung (Gambar 5). Pelatihan dimulai dengan membagi peserta pelatihan menjadi 4 kelompok. Setiap kelompok akan didampingi oleh 1 orang mahasiswa. Setiap kelompok sudah diberikan bahan-bahan dan alat untuk pembuatan nugget. Alat, bahan dan cara pembuatan nugget sudah ditampilkan di leaflet yang dibagikan kepada peserta pelatihan (Gambar 3). Nugget yang dihasilkan kurang lebih sebanyak 1 kg nugget. Anak-anak yang dibawa oleh peserta pelatihan langsung mencicipi nugget tersebut, dan mereka suka dengan cita rasa yang dihasilkan saat ikan tersebut diolah menjadi nugget.



Gambar 6. Pelatihan pembuatan nugget ikan

Masyarakat sangat antusias dalam mengikuti pelatihan pembuatan nugget berbahan ikan yang kami laksanakan. Hal tersebut terlihat dari hasil evaluasi kegiatan yang kami kumpulkan dari peserta pelatihan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 88% responden menyatakan bahwa acara ini sangat penting dan 79% responden menyatakan bahwa pengabdian ini sangat bermanfaat bagi mereka. Selain itu, 88% responden menyatakan pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat yang kami laksanakan berjalan lancar. Bapak Kepala Dusun berharap agar pengabdian pengolahan pangan berbahan dasar ikan ini bisa berlanjut, misalnya sampai pada tahap produksi skala besar dan dikemas baik serta mendapat nomor izin untuk diperjual belikan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil pengabdian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat terkait stunting setelah dilakukan edukasi stunting menjadi 66%. Sementara itu, pelatihan pembuatan nugget berbahan dasar ikan ini 88% responden menyatakan bahwa acara ini sangat penting dan berjalan lancar. Selain itu, 79% responden menyatakan bahwa pengabdian ini sangat bermanfaat bagi mereka. Saran untuk pengabdian selanjutnya yaitu pelatihan lanjutan terkait pengolahan nugget ikan berskala besar, pengemasan dan pendaftaran produk sehingga selain dapat meningkatkan kesehatan, namun dapat meningkatkan perekonomian masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Mataram yang telah memberi dukungan **financial** terhadap pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arini, H. R. B., & Peranto, S. (2023). SOCIAL ANALYSIS OF CHILDHOOD STUNTING IN INDONESIA. *SOUTHEAST ASIAN J TROP MED PUBLIC HEALTH*, 54.
- Aryu, C. (2020). Buku Epidemiologi Stunting. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. <http://eprints.undip.ac.id/80670/>
- Atamou, L., Rahmadiyah, D. C., Hassan, H., & Setiawan, A. (2023). Analysis of the Determinants of Stunting among Children Aged below Five Years in Stunting Locus Villages in Indonesia. *Healthcare*, 11(6), 810. <https://doi.org/10.3390/healthcare11060810>
- Hizbullah, H. H., Sari, N. K., Nurhayati, T., & Nurilmala, M. (2020). Quality changes of little tuna fillet (*Euthynnus affinis*) during chilling temperature storage. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 404(1), 012015. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/404/1/012015>
- Kannaiyan, S. K., Bagthasingh, C., Vetri, V., Aran, S. S., & Venkatachalam, K. (2019). Nutritional, textural and quality attributes of white and dark muscles of little tuna. *INDIAN J. MAR. SCI.*, 48(02).
- Kemkes. (2023, January 25). Prevalensi Stunting di Indonesia. Sehat Negeriku. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/>
- Khalizahy, M., Putri, D., Kevin, M., Farhan, M., & Yuli, S. (2022). EDUKASI DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI DESA BATOK KECAMATAN TENJO, KABUPATEN BOGOR. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1(1), Article 1. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat/article/view/15465>

- Nurfatimah, N., Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Sitorus, S. B. M., & Longgupa, L. W. (2021). Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 97–104. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.475>
- Purborini, S. F. A., & Rumaropen, N. S. (2023). Hubungan Usia, Paritas, dan Tingkat Pendidikan dengan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Pasangan Usia Subur di Surabaya. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 207–211. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.207-211>
- Rahmah, A. (2017). PENGARUH PEMBERIAN IKAN KEMBUNG (*Rastrelliger sp.*) TERHADAP JUMLAH SEL PIRAMID KORTEKS SEREBRUM PADA TIKUS HIPOTIROID KONGENITAL [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sholikhah, A., & Dewi, R. K. (2022). Peranan Protein Hewani dalam Mencegah Stunting pada Anak Balita. *JRST (Jurnal Riset Sains dan Teknologi)*, 6(1), 95. <https://doi.org/10.30595/jrst.v6i1.12012>
- Sibarani, B. B., Astawan, M., & Palupi, N. S. (2016). Pola Makan dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Anak Balita di Posyandu Jakarta Utara. 3.
- Surani, D., Handayani, P., Santi, M. K., & Nursafitri. (2023). PEMBERDAYAAN IBU RUMAH TANGGA PRODUKTIF MENUJU WIRAUUSAHA MANDIRI DI LINGKUNGAN KELURAHAN SUKAWANA. *Jurnal Abdimas Ilmiah Citra Bakti*, 4(3), Article 3. <https://doi.org/10.38048/jailcb.v4i3.2087>
- Susanto, Y. (2016). UJI POTENSI IKAN KEMBUNG (*Rastrelliger sp.*) TERHADAP MEMORI SPASIAL PADA TIKUS PUTIH HIPOTIROID KONGENITAL. <https://repository.umy.ac.id/handle/123456789/12181>
- Syafrawati, S., Lipoeto, N. I., Masrul, M., Novianti, N., Gusnedi, G., Susilowati, A., Nurdin, A., Purnakarya, I., Andrafikar, A., & Umar, H. B. (2023). Factors driving and inhibiting stunting reduction acceleration programs at district level: A qualitative study in West Sumatra. *PLOS ONE*, 18(3), e0283739. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0283739>
- Syafrawati, S., Lipoeto, N. I., Masrul, M., Novianti, N., Gusnedi, G., Susilowati, A., & Umar, H. B. (2023). Factors Driving and Inhibiting Stunting Reduction