

SOSIALISASI PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PELATIHAN PENGOLAHAN EKADO DI DESA GINTUNGAN, KECAMATAN KEMBANGBAHU, KABUPATEN LAMONGAN

Author

Sutrisno Adi Prayitno^{1*}, Dwi Retnaningtyas Utami¹, Nur Maulida Safitri², Intan Iriani

Dewi¹, Elfira Oktaviani¹

¹Program Studi Teknologi Pangan, Universitas Muhammadiyah Gresik

²Program Studi Akuakultur, Universitas Muhammadiyah Gresik

Email: sutrisnoadi2007@umg.ac.id

ABSTRAK

Permasalahan gizi buruk serta stunting merupakan hal yang perlu ditanggulangi di Indonesia. Pengetahuan bahan makanan yang bergizi masih berperan dalam pencegahan kenaikan angka stunting. Beragam pangan dapat diaplikasikan ke dalam olahan makanan untuk balita. Ketidaktahuan orang tua bayi dalam penyajian makanan sehat dan bergizi baik menjadikan ketersediaan makanan bagi balita hanya berdasarkan jumlah saja tanpa melihat komposisi gizi makanan tersebut. Oleh karena itu, tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat terkait pencegahan stunting dan peningkatan status gizi anak melalui diversifikasi olahan berbasis pangan yang memiliki protein tinggi. Hasil dari kegiatan diskusi adalah peserta secara keseluruhan dapat mengetahui beragam bahan makanan sehat bergizi yang dapat digunakan dalam pencegahan stunting, mampu mengolah ekado secara sederhana dengan tepat, hingga pengemasan dan penyimpanan. Berdasarkan hasil survey, didapatkan 21.75% peserta menyatakan sudah pernah memperoleh penyuluhan stunting dan 67.25% peserta belum pernah memperoleh penyuluhan tentang stunting, serta seluruh peserta (100%) menyatakan puas dan memperoleh manfaat dari kegiatan PKM.

Kata kunci: Ekado, Gizi, Kelor, Lele, Stunting

1. PENDAHULUAN

Kecamatan Kembangbahu merupakan salah satu kecamatan di Kabupaten Lamongan Jawa Timur yang sebagian besar penduduknya memiliki mata pencaharian sebagai petani. Kecamatan ini berbatasan dengan Kecamatan Sukodadi disebelah utara, Kecamatan Tikung di sebelah timur, Kecamatan Mantap di sebelah selatan dan Kecamatan Sugio di sebelah barat. Desa Gintungan merupakan salah satu desa di Kecamatan Kembangbahu dengan sumber pendapatan utama masyarakatnya adalah hasil pertanian dan hortikultura. Tingkat pendidikan masyarakat desa ini sangat bervariasi, mulai dari lulusan sekolah dasar hingga pendidikan tinggi. Sebagian besar masyarakat sudah mengenal berbagai penyakit menular dan tidak menular.

Namun, masyarakat Indonesia belum banyak mengetahui masalah gizi seperti gizi buruk pada anak di bawah usia lima tahun. Padahal, gizi buruk atau malnutrisi merupakan masalah yang kasusnya terus meningkat setiap tahun. Dari suatu penelitian (Headey et al., 2020) menyatakan bahwa gizi buruk banyak menyerang pada balita dan akan tetapi juga dipengaruhi oleh keadaan ibu saat hamil dan bahan pangan yang diasup terkait dengan zat gizi.

Gizi buruk pada balita merupakan prediktor status gizi masyarakat, menunjukkan keberhasilan pemerintah dalam pembangunan gizi, pertanian, kesehatan dan sosial ekonomi terbaru. Sekitar 165 juta (26%) anak di bawah usia lima tahun di seluruh dunia terkena stunting (Keller, 2019). Indonesia memiliki prevalensi stunting yang tinggi (30-39%) tertinggi kelima di dunia (Beal et al., 2018), dan prevalensi ini meningkat dari 36.8% pada Tahun 2007 menjadi 37.2% pada Tahun 2013 (Mentari & Hermansyah, 2019). Stunting adalah gangguan pertumbuhan yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis. Stunting menjadi perhatian khusus karena meningkatkan pertumbuhan atletik dan intelektual, menurunkan kapasitas intelektual dan produktivitas, serta meningkatkan risiko obesitas dan penyakit degeneratif tidak menular seperti diabetes, penyakit jantung, stroke, hipertensi, dan kanker. Dampak terhadap penurunan kualitas sumber daya manusia secara keseluruhan di masa mendatang (Saputri & Tumangger, 2019).

Malnutrisi pada masa kanak-kanak selalu dikaitkan dengan defisiensi vitamin dan mineral tertentu serta terkait dengan tingkat zat gizi makro dan mikro tertentu. Stunting masih merupakan prevalensi yang tinggi di Indonesia dan merupakan masalah kesehatan yang perlu ditangani (Leroy & Frongillo, 2019). Dibandingkan beberapa negara tetangga, prevalensi stunting di Indonesia adalah sebagai berikut: Myanmar (35%), Vietnam (23%), Malaysia (17%), Thailand (16%), dan Singapura (4%) (Rahmadhita, 2020).

Penyebab utama dari stunting masih belum diketahui dan diduga berasal dari berbagai faktor, antara lain: rendahnya kualitas nutrisi yang diserap sejak dalam kandungan, infeksi saluran cerna, diare yang tidak dievaluasi, atau kebersihan yang buruk (Kavle et al., 2015). Selama ini, fokus pemerintah terhadap pencegahan stunting belum berhasil menurunkan prevalensi stunting, sehingga diperlukan pelatihan dan penyuluhan makanan sehat melalui program edukasi orangtua terkait pengolahan pangan yang sehat dan bergizi melalui program pengabdian masyarakat di Desa Gintungan Kecamatan Kembangbahu Kabupaten Lamongan, yang diharapkan dapat berkontribusi dalam upaya penurunan kasus stunting. Stunting berkaitan dengan berat badan pada anak yang kurang dan membutuhkan asupan gizi yang cukup (Wells et al., 2020). Secara umum banyak menjangkit pada usia balita (Fore et al., 2020). Pengembangan produk atau inovasi produk diperlukan untuk meningkatkan nilai jual dan produksi pada pangan (Utami et al., 2022).

2. METODE

1) Metode Pelaksanaan

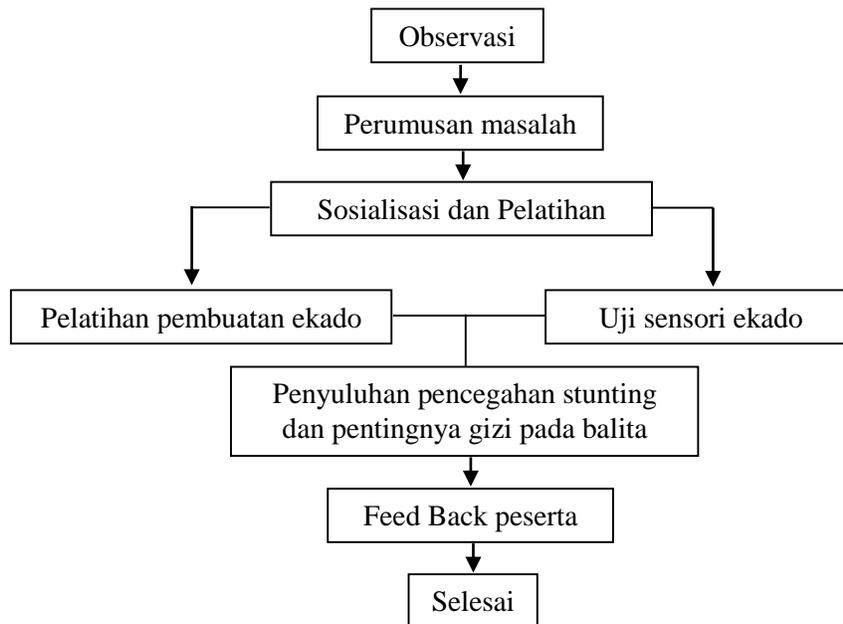
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilaksanakan pada Tanggal 14-15 September 2022. Pembuatan bahan baku makanan serta survey lokasi dilaksanakan pada 14 September 2022 dan pelaksanaan pelatihan serta penyuluhan tentang peningkatan status gizi anak dan pencegahan stunting dilaksanakan pada satu hari setelahnya. Kegiatan ini dimulai dengan survey dan diskusi dengan pihak pengelola Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPQ) di Desa

Gintungan Kecamatan Kembangbahu Kabupaten Lamongan. Setelah berdiskusi, ditentukan topik dari pelatihan yang akan dilakukan. Tahap perencanaan dan diskusi perlu dilakukan agar pelaksanaan kegiatan berjalan dengan lancar (Sunaryo et al., 2021). Prioritas permasalahan yang diambil dalam program pengabdian ini yaitu pengolahan pangan menggunakan bahan yang tersedia dengan mudah yang memiliki kandungan gizi yang tinggi sehingga dapat digunakan sebagai bahan pangan yang dapat meningkatkan status gizi balita serta mencegah terjadinya stunting. Bahan dasar yang digunakan diantaranya adalah bahan pangan yang memiliki protein tinggi, seperti daging ayam, daging ikan, dan udang sebagai sumber hewani serta daun kelor sebagai sumber nabati.

2) Tahapan Penyuluhan dan Pelatihan

Pelaksanaan penyuluhan terdiri dari beberapa tahapan. Pada mulanya dilakukan sosialisasi atau penyuluhan terkait pangan sehat, ragam pangan, sumber kesehatan dan masalah stunting pada anak dengan peserta ibu-ibu Desa Gintungan serta para santri TPQ. Penyampaian lebih efektif jika ibu – ibu terlibat sebagai sasaran pengabdian (Maulida et al., 2020). Disini, peserta secara aktif mengikuti secara aktif berbagai sosialisasi dan penyuluhan yang dilakukan sehingga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan peserta dalam pengolahan dan pembuatan makanan sehat yang disukai oleh balita dan anak. Selanjutnya, dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab dengan para peserta untuk meningkatkan motivasi dan kompetensi peserta sebelum dilaksanakan pelatihan pembuatan produk. Pelatihan pembuatan pangan dan olahannya merupakan salah satu cara yang bisa dilakukan untuk melakukan diversifikasi olahan dan ketahanan pangan (Suwarsih et al., 2022). Peserta lalu diajak untuk berpartisipasi di dalam persiapan peralatan dan bahan selama penyuluhan dan pelatihan.

Pelaksanaan pembuatan ekado dilakukan setelah seluruh alat dan bahan disiapkan dengan baik. Disini, peserta pelatihan diajak untuk berpartisipasi secara aktif di dalam pembuatan ekado dan dilakukan pendampingan secara langsung saat proses pembuatannya. Pemodelan pelatihan yang dilakukan dengan LBD (*Learning by doing*) akan memudahkan sasaran memahami dan mengerti yang disampaikan dalam pelatihan (Oka et al., 2015). Tujuannya, agar para peserta dapat membuat ekado secara langsung dan dapat mengolah secara benar sehingga kandungan gizi tetap tinggi dalam produk makanan sehingga rasa makanan tetap enak, sehat, dan bergizi. Proses pendampingan dilaksanakan secara langsung yang diikuti dengan kegiatan tanya jawab dan diskusi saat proses pelaksanaan pembuatan ekado. Setelah ekado menjadi produk makanan jadi, makanan ini diujicobakan kualitas rasanya pada para peserta lalu dilakukan tahapan akhir penyuluhan yaitu kegiatan monitoring dan evaluasi hasil pelatihan pada produk olahan secara sensori. Kegiatan uji sensori dilakukan pada peserta, mereka diminta untuk menilai produk ekado tersebut. Penilaian atas dasar suka atau tidaknya pada produk, enak atau tidak, dan bagaimana kesan terhadap visualisasi ekado tersebut. Kegiatan ini ditutup dengan pemberian produk makanan jadi berupa ekado pada para peserta dan souvenir lainnya. Lebih lanjut, tahapan pelaksanaan pengabdian dapat dideskripsikan seperti yang tertera pada Gambar 1.



Gambar 1. Tahapan pelaksanaan PkM

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan menggunakan bahan makanan sehat berbasis pengolahan tanaman lokal untuk meningkatkan status gizi balita sekaligus mencegah terjadinya stunting. Berdasarkan kegiatan sosialisasi dan diskusi yang dilaksanakan, dapat diketahui bahwa sebagian kecil saja orang tua balita yang sudah mengetahui permasalahan tentang gizi buruk yang sudah banyak terjadi di daerah Jawa Timur. Peserta pelatihan belum banyak memiliki informasi terkait pentingnya status gizi pada balita dan anak melalui olahan makanan yang bergizi menggunakan bahan alam yang ada di sekitar. Tujuan pelatihan dan sosialisasi adalah memberikan edukasi kepada masyarakat tentang sesuatu yang belum mereka ketahui yang nantinya bisa untuk diimplementasikan sendiri (Prayitno et al., 2020). Tanaman kelor dan lele merupakan bahan utama pembuatan ekado yang memiliki kandungan gizi tinggi yang dapat diaplikasikan sebagai bahan campuran dalam pengolahan makanan untuk balita dan anak.

Permasalahan terkait stunting merupakan permasalahan yang harus ditangani di setiap lapisan masyarakat. Penggunaan bahan pangan yang sehat dan bergizi sangat diperlukan untuk mencegah dan menanggulangi permasalahan tersebut yang terjadi pada balita. Ragam bahan pangan dapat berbasis pada hasil pertanian, perikanan, peternakan, maupun bahan lainnya yang memiliki kandungan protein dan mineral yang tinggi. Saat bahan-bahan tersebut diaplikasikan dalam suatu produk dengan pengolahan yang tepat, maka dimungkinkan terbentuknya produk baru yang memiliki kualitas dan kuantitas gizi yang memadai sehingga dapat disukai oleh balita dan anak-anak.

Kurangnya pemahaman dan pengetahuan masyarakat terkait pencegahan stunting dan peningkatan status gizi anak melalui olahan pangan merupakan hal yang menarik sehingga kegiatan sosialisasi sekaligus pelatihan diversifikasi produk ekado yang berbasis tinggi protein menjadi bentuk sarana yang tepat pada optimalisasi peningkatan gizi balita pada kelompok masyarakat khususnya di Desa Gintungan, Kecamatan Kembangbahu, Kabupaten Lamongan, Jawa Timur. Disebutkan dalam suatu pengabdian kepada masyarakat bahwa pemberian edukasi dan pelatihan memungkinkan untuk dikerjakan sendiri pasca pelatihan (Kalista et al., 2022) dan memungkinkan juga untuk meningkatkan pendapatan.

Produk ekado merupakan produk olahan pangan yang memiliki nilai gizi tinggi. Pangan olahan harus memiliki kualitas yang baik dan memenuhi jumlahnya untuk pemenuhan asupan harian (Prayitno & Lailiyah, 2020). Umumnya, produk ekado menggunakan komposisi tepung terigu yang cukup tinggi. Namun, dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, diaplikasikan dengan penggunaan tepung terigu yang minimal dengan mengedepankan sumber bahan pangan yang memiliki gizi yang tinggi. Dalam kegiatan ini diketahui bahwa dari 31 peserta pengabdian, hanya sebagian saja orang tua anak yang telah mengenyam pendidikan Strata 1 (S-1) dan mengetahui adanya permasalahan gizi (*stunting*) namun tidak banyak yang mendapatkan pelatihan tentang bagaimana cara mencegah dan meningkatkan status gizi pada anak melalui olahan makanan yang memanfaatkan bahan alam sekitar yang disinyalir memiliki gizi yang tinggi, seperti kelor yang bisa diaplikasikan sebagai campuran dalam pengolahan makanan untuk anak atau balita. Sejumlah 10 peserta (32.25%) pernah memperoleh penyuluhan stunting, sementara 21 peserta (67.75%) mengaku belum pernah, seperti yang tertera pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil survey pada kegiatan PkM tentang Stunting dan olahan produk bergizi

Nomor	Jenis Pengalaman	Keterangan	
		Ya/ Pernah	Tidak
1	Mengolah ekado dan nugget sebelum kegiatan PKM	0	31
2	Produk yang dihasilkan (ekado dan nugget) menarik dan dapat dikembangkan	31	0
3	Kegiatan PKM memberikan manfaat dan dapat dilakukan secara berkelanjutan	31	0
4	Pernah memperoleh penyuluhan stunting	10	21

Berdasarkan tabel tersebut, terlihat jelas bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) memberikan manfaat kepada masyarakat sasaran. Dari kegiatan tersebut, dimungkinkan bahwa bisa dilakukan sendiri untuk mengolah makanan lain yang memiliki unsur gizi yang cukup, terutama ditujukan kepada para ibu yang memiliki balita. Unsur keberhasilan tersebut bisa mendatangkan ekonomi yang mandiri dan terhadap ketahanan serta kemandirian pangan. Masyarakat bisa membuat produk lain dengan memanfaatkan bahan alam sekitar dan dibuat produk yang bergizi serta dijual kepada masyarakat sekitar.



Gambar 2. Kegiatan PkM

Dari hasil kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini, dari hasil survey, peserta sosialisasi merasa kegiatan ini sesuai dengan harapan dan keinginan peserta sebelum mengikuti kegiatan ini. Adanya kegiatan PKM membantu peserta agar mampu mengantisipasi, mencegah, serta menanggulangi masalah stunting melalui penyajian makanan olahan sederhana yang memiliki status gizi yang baik. Gizi pada makanan olahan memiliki peran dalam peningkatan tumbuh kembang balita. Tumbuh kembang balita memiliki perubahan yang signifikan jika orang tua mampu mengimbangi dalam bentuk penyediaan makanan yang bergizi dan seimbang. Penyediaan makanan yang sesuai memungkinkan balita akan terhidar dari stunting, gizi buruk dan penyakit yang menyertai pada balita pada umumnya.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Pada kegiatan pengabdian pada masyarakat ini, seluruh peserta sosialisasi dan pelatihan dapat mengetahui manfaat peningkatan status gizi (pencegahan stunting) pada balita serta membuat produk olahan ekado dengan baik. Selain itu, produk olahan ekado mengandung gizi yang seimbang sehingga dapat dikembangkan melalui pemanfaatan bahan alam lainnya untuk memperkaya gizi dalam produk. Diharapkan kegiatan PKM ini dapat memberikan manfaat bagi kelompok masyarakat terkait dalam menangani masalah stunting dan pembuatan produk sehat bergizi tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, 14(4), 1–10. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Fore, H. H., Dongyu, Q., Beasley, D. M., & Ghebreyesus, T. A. (2020). Child malnutrition and COVID-19: the time to act is now. *The Lancet*, 396(10250), 517–518. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)31648-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)31648-2)
- Headey, D., Heidkamp, R., Osendarp, S., Ruel, M., Scott, N., Black, R., Shekar, M., Bouis, H., Flory, A., Haddad, L., & Walker, N. (2020). Impacts of COVID-19 on childhood malnutrition and nutrition-related mortality. *The Lancet*, 396(10250), 519–521. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)31647-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)31647-0)
- Kalista, A., Maulana, A. K., Shandy, A. D., Kurrohman, T., Maliyana, J., Nafiah, R. N., Studi, P., Industri, T., Studi, P., Ekonomi, P., Program, M., Teknik, S., Program, M., Pendidikan, S., Pendidikan, M., Inggris, B., Lokal, P., & Jagung, N. (2022). Pelatihan pembuatan nugget jagung sebagai upaya meningkatkan perekonomian masyarakat di desa Wukiharjo kecamatan Paengan Kabupaten Lamongan. *DedikasiMU (Journal of Community Service)*, 4(4), 431–441.
- Kavle, J. A., El-Zanaty, F., Landry, M., & Galloway, R. (2015). The rise in stunting in relation to avian influenza and food consumption patterns in Lower Egypt in comparison to Upper Egypt: Results from 2005 and 2008 Demographic and Health Surveys. *BMC Public Health*, 15(1), 1–18. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1627-3>
- Keller, U. (2019). Nutritional laboratory markers in malnutrition. *Journal of Clinical Medicine*, 8(6). <https://doi.org/10.3390/jcm8060775>
- Leroy, J. L., & Frongillo, E. A. (2019). Perspective: What Does Stunting Really Mean? A Critical Review of the Evidence. *Advances in Nutrition*, 10(2), 196–204. <https://doi.org/10.1093/advances/nmy101>
- Maulida, L. F., Maulina, R., Nurhidayati, S., Sari, A. N., Novika, R. G. H., & Nurul Jannatul Wahidah. (2020). Analysis of Mother's Attitudes About Stimulating Growth and Development of Stunting Toddlers Age 2- 3. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 5(3), 248–253.
- Mentari, S., & Hermansyah, A. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Stunting Anak Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Upk Puskesmas Siantan Hulu. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.30602/pnj.v1i1.275>

- Oka, I. M. D., Winia, I. N., & Pugra, I. W. (2015). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pelatihan Pengolahan Masakan Seafoods Untuk Menunjang Pariwisata Di Desa Wisata Serangan. *Bhakti Persada : Jurnal Aplikasi IPTEKS*, 1(1), 62. <http://ojs.pnb.ac.id/index.php/BP/article/view/250>
- Prayitno, S. A., & Lailiyah, W. N. (2020). Penyuluhan Dan Pelatihan Pembuatan Pangan Tanpa Boraks. *DedikasiMU (Journal of Community Service)*, 2(1), 266. <https://doi.org/10.30587/dedikasimu.v2i1.1213>
- Prayitno, S. A., Pribadi, H. P., & Ifadah, R. A. (2020). Peran Serta Dalam Melaksanakan Protokol Pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19) Pada Masyarakat. *DedikasiMU (Journal of Community Service)*, 2(3), 504. <https://doi.org/10.30587/dedikasimu.v2i3.1657>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Saputri, R. A., & Tumangger, J. (2019). Hulu-Hilir Penanggulangan Stunting Di Indonesia. *Journal of Political Issues*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.33019/jpi.v1i1.2>
- Sunaryo, N. A., Devi, M., Soekopitojo, S., Afnany, N. N., P, Y. F., Naufal, T. M., Tani, K. W., Jagung, O., Makanan, O., Lawang, K., & Malang, K. (2021). Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani (KWT) Srigading melalui Pelatihan Mengolah Jagung Sebagai Upaya Pengembangan Produk Oleh-Oleh Makanan di Malang. *Jurnal Abdimas Pariwisata*, 2(1), 93–101. <http://jurnal.ampta.ac.id/index.php/JAP/article/view/293>
- Suwarsih, Joesidawati, M. I., Andriani, R., Dhini, S., Arifin, A. Z., Studi, P., Kelautan, I., Biologi, P. S., Program, D., Teknik, S., Program, D., Matematika, S., & Pangan, P. (2022). Pendampingan manajemen penerima hibah pencapaian target konsumsi pangan perkapit / tahun 2021 sesuai AKG Kabupaten Tuban. *DedikasiMU (Journal of Community Service) ISSN:*, 4(4), 384–399.
- Utami, D. R., Rahmad Rahim, A., Adi Prayitno, S., & Alfatina, A. (2022). Daya Terima Konsumen Terhadap Keripik Pare Home Industry. *DedikasiMU : Journal of Community Service*, 4(3), 257. <https://doi.org/10.30587/dedikasimu.v4i3.4090>
- Wells, J. C., Sawaya, A. L., Wibaek, R., Mwangome, M., Poullas, M. S., Yajnik, C. S., & Demario, A. (2020). The double burden of malnutrition: aetiological pathways and consequences for health. *The Lancet*, 395(10217), 75–88. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)32472-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)32472-9)