

MODIFIKASI KUE LUMPUR PADAT GIZI SEBAGAI MP-ASI UNTUK MENCEGAH STUNTING DI DESA RANDUBOTO KECAMATAN SIDAYU KABUPATEN GRESIK

**Amalia Rahma^{1*}, Endah Mulyani², Vidya Rahmatil Safrila³, Putri Nur Aisyah⁴,
Nur Hidayati⁵**

¹Dosen Program studi ilmu Gizi, Universitas Muhammadiyah Gresik

²Dosen Program Studi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Gresik

^{3,4,5}Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Muhammadiyah Gresik

*Email: amalia@umg.ac.id

ABSTRAK

Stunting merupakan suatu kondisi yang ditandai dengan ku-rangnya pertumbuhan pada seorang anak jika dibandingkan dengan anak lain seusianya, yang disebabkan oleh kurangnya nutrisi pada masa per-tumbuhan anak. Stunting bisa juga disebut dengan gangguan per-tumbuhan pada anak. Banyak orang yang tidak menyadari bahwa tinggi badan anak yang pendek bisa menjadi tanda adanya masalah gizi kronis. Ketersediaan makanan pendamping ASI (MP-ASI) merupakan salah satu faktor penyebab stunting terkait dengan gizi yang tidak memadai. Pemberian MP-ASI yang terlambat dapat menyebabkan bayi kekurangan zat besi karena kurang mendapat nutrisi. Tujuan penelitian Untuk Membantu Pencegahan Stunting Di Desa Randuboto Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik dengan tujuan untuk menambah referensi ibu dalam membuat menu mp asi bagi bayi nya. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan menggunakan metode metode Focus Group Discussion (FGD). Hasil dari modifikasi kue lumpur tersebut sangat disukai oleh baduta dan sangat diapresiasi oleh ibu baduta yang datang pada saat itu, karena memperoleh referensi resep dalam memodifikasi menu makanan yang menarik dan tidak membosankan.

Kata kunci : baduta, stunting, MP-ASI

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu kondisi yang ditandai dengan ku-rangnya pertumbuhan pada seorang anak jika dibandingkan dengan anak lain seusianya, yang disebabkan oleh kurangnya nutrisi pada masa per-tumbuhan anak. Stunting bisa juga disebut dengan gangguan per-tumbuhan pada anak. Banyak orang yang tidak menyadari bahwa tinggi badan anak yang pendek bisa menjadi tanda adanya masalah gizi kronis. Penting untuk diingat bahwa anak pendek mungkin tidak mengalami stunting. Namun anak yang menderita stunting pasti bertubuh pendek. Anak yang mendapat nutrisi terbatas sejak bayi dan dalam jangka waktu lama mungkin

akan mengalami per-tumbuhan yang lambat. Saat ini, stunting menjadi masalah kesehatan, bersamaan dengan gizi buruk, seringnya infeksi, kelahiran prematur, dan berat badan lahir rendah. Namun penyebab paling umum dari stunting adalah kekurangan gizi. Oleh karena itu, sebagai orang tua, harus mengetahui bagaimana cara mengatasi kesulitan makan pada anak yang terkadang menjadi masalah umum pada anak. Menurut (Ananda and Hertati, 2023) Status gizi adalah poin penting yang perlu diperhatikan dalam kesehatan, dimana usia bayi (0-59 bulan) adalah kelompok yang rentan terhadap permasalahan gizi, khususnya stunting.

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stunting adalah kesalahan ibu dalam memberikan makanan pada bayinya. Ibu selaku primary care berpengaruh langsung terhadap status gizi anak. Penyebab utama terjadinya stunting sangat dipengaruhi oleh faktor ibu seperti pendidikan, indeks massa tubuh ibu, pemantauan tumbuh kembang anak yang tidak teratur, kurangnya makanan yang memenuhi kebutuhan gizi berbagai anak, dan imunisasi yang tidak memadai. Pemberian ASI yang optimal dan pemberian makanan pendamping ASI dalam jumlah, kualitas atau variasi yang terbatas merupakan praktik pemberian makan yang mendorong terjadinya stunting pada bayi dan anak kecil. (Febrianita and Fitri, 2020).

Menurut penelitian (Reiher and Mohammadnezhad, 2019), bahwa pola asuh anak yang kurang baik berisiko 8 kali lebih besar dibandingkan dengan pola asuh anak yang baik. Perilaku orang tua merupakan faktor utama yang paling besar dan paling susah untuk ditanggulangi, kemudian diikuti dengan faktor lingkungan. Hal ini disebabkan karena faktor perilaku lebih dominan dibandingkan dengan faktor lingkungan. Apabila kesulitan yang dihadapi orang tua dalam memberikan pola asuh kepada anak tidak dapat diidentifikasi, maka akan terjadi stunting karena memerlukan dukungan yang tidak memadai untuk tumbuh kembangnya. Pada akhirnya secara luas stunting akan menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan dan memperlebar ketimpangan.

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stunting adalah kesalahan ibu dalam memberikan makanan pada bayinya. Ibu selaku primary care berpengaruh langsung terhadap status gizi anak. Penyebab utama terjadinya stunting sangat dipengaruhi oleh faktor ibu seperti pendidikan, indeks massa tubuh ibu, pemantauan tumbuh kembang anak yang tidak teratur, kurangnya makanan yang memenuhi kebutuhan gizi berbagai anak, dan imunisasi yang tidak memadai. Pemberian ASI yang optimal dan pemberian makanan pendamping ASI dalam jumlah, kualitas atau variasi yang terbatas merupakan praktik pemberian makan yang mendorong terjadinya stunting pada bayi dan anak kecil. (Febrianita and Fitri, 2020).

Menurut penelitian (Reiher and Mohammadnezhad, 2019), bahwa pola asuh anak yang kurang baik berisiko 8 kali lebih besar dibandingkan dengan pola asuh anak yang baik. Perilaku orang tua merupakan faktor utama yang paling besar dan paling susah untuk ditanggulangi, kemudian diikuti dengan faktor lingkungan. Hal ini disebabkan karena faktor perilaku lebih dominan dibandingkan dengan faktor lingkungan. Apabila kesulitan yang dihadapi orang tua dalam memberikan pola asuh kepada anak tidak dapat diidentifikasi, maka akan terjadi stunting

karena memerlukan dukungan yang tidak memadai untuk tumbuh kembangnya. Pada akhirnya secara luas stunting akan menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan dan memperlebar ketimpangan. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stunting adalah kesalahan ibu dalam memberikan makanan pada bayinya. Ibu selaku primary care berpengaruh langsung terhadap status gizi anak. Penyebab utama terjadinya stunting sangat dipengaruhi oleh faktor ibu seperti pendidikan, indeks massa tubuh ibu, pemantauan tumbuh kembang anak yang tidak teratur, kurangnya makanan yang memenuhi kebutuhan gizi berbagai anak, dan imunisasi yang tidak memadai. Pemberian ASI yang optimal dan pemberian makanan pendamping ASI dalam jumlah, kualitas atau variasi yang terbatas merupakan praktik pemberian makan yang mendorong terjadinya stunting pada bayi dan anak kecil. (Febrianita and Fitri, 2020).

Menurut penelitian (Reiher and Mohammadnezhad, 2019), bahwa pola asuh anak yang kurang baik berisiko 8 kali lebih besar dibandingkan dengan pola asuh anak yang baik. Perilaku orang tua merupakan faktor utama yang paling besar dan paling susah untuk ditanggulangi, kemudian diikuti dengan faktor lingkungan. Hal ini disebabkan karena faktor perilaku lebih dominan dibandingkan dengan faktor lingkungan. Apabila kesulitan yang dihadapi orang tua dalam memberikan pola asuh kepada anak tidak dapat diidentifikasi, maka akan terjadi stunting karena memerlukan dukungan yang tidak memadai untuk tumbuh kembangnya. Pada akhirnya secara luas stunting akan menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan dan memperlebar ketimpangan. penurunan angka stunting di Kabupaten Gresik.

Tingginya angka kejadian stunting menjadi prioritas yang harus diselesaikan dengan sumber pangan lokal yang melimpah serta tinggi kandungan gizi, salah satunya adalah daun kelor. Daun kelor memiliki kandungan betakaroten 4 kali lebih banyak dari wortel, 3 kali potassium yang terdapat pada pisang, zat besi 25 kali lebih banyak dari bayam, 7 kali vitamin C jeruk, kalsium 4 kali lebih banyak dari susu, dan 2 kali protein yogurt. Daun kelor digunakan sebagai pangan penanggulangan masalah kekurangan gizi pada anak-anak dan upaya untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Daun kelor memiliki nilai gizi yang tinggi dan mudah didapat, namun pemanfaatannya masih sangat kurang. Masyarakat pada umumnya hanya memanfaatkan daun kelor sebagai makanan yang diolah menjadi sayur bening (Perwitasari, Nurita and Armina, 2023). Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu jenis tanaman yang dapat dengan mudah dibudidayakan di daerah tropis dan subtropis pada segala jenis tanah. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa mengonsumsi tanaman kelor merupakan salah satu pilihan yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah gizi (malnutrisi). Tanaman kelor memiliki kandungan gizi yang tinggi.

Alternatif lainnya yang dapat digunakan untuk menurunkan angka kejadian stunting adalah pemanfaatan ikan bandeng. Dalam 100 g ikan bandeng segar memiliki kandungan 129 kkal energi, 20 g protein, 4,8 g lemak, 150 mg fosfor, 20 mg kalsium, 2 mg zat besi, 150 SI vitamin A, dan 0,05 mg vitamin B19. Bandeng

merupakan salah satu golongan ikan yang mengandung tinggi protein dan rendah lemak. Kandungan Omega-3 pada ikan bandeng 14,2% lebih besar daripada ikan salmon, tuna, dan ikan sarden dan kandungan protein ikan bandeng 20,38% lebih besar daripada ikan lele, ikan mas, dan ikan gabus (Akhmadi, Imra and Maulianawati, 2019).

Oleh sebab itu, penulis tertarik melakukan penelitian Modifikasi Kue Lumpur Padat Gizi Sebagai Mp-Asi Untuk Membantu Pencegahan *Stunting* Di Desa Randuboto Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik dengan tujuan untuk menambah referensi ibu dalam membuat menu mp asi bagi bayi nya.

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan pada bulan November 2023 sampai bulan Januari 2024 di Desa Randuboto Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik.

Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan metode-metode *Focus Group Discussion* (FGD) yang dilakukan Bersama ibu baduta yang tinggal di Desa tersebut dengan menghadirkan kurang lebih 30 peserta yang seluruhnya adalah wanita.

mengaplikasikan materi pelatihan memilih sampah dalam proses kehidupan sehari-hari.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Edukasi contoh bahan makanan yang baik untuk MP-ASI

banyaknya kandungan zat gizi yang terdapat pada ikan bandeng yang dapat menjadi salah satu contoh bahan makanan dalam menu MP-ASI yang dapat mencegah stunting. Dimana Bandeng merupakan salah satu komoditas perikanan unggul untuk memenuhi kebutuhan gizi dengan harga yang relatif murah dan digemari masyarakat Indonesia. Nutrisi yang terkandung dalam ikan bandeng adalah protein, lemak, vitamin dan mineral. Kandungan protein ikan bandeng terdapat sekitar 20-24%, asam amino glutamat 1,39%, asam lemak tak jenuh 31-32% serta mengandung mineral makro dan mikro yaitu. Ca, Mg, Na, K, Fe, Zn, Cu dan Mn. (Akhmadi, Imra and Maulianawati, 2019).

Selain itu, ibu Amalia juga memberikan penjelasan bahwa Daun Kelor (*Moringa oleifera*, Lam) adalah salah satu tanaman pagar di Indonesia yang sangat terkenal sebagai bahan makanan SUPER FOOD. Apakah itu Super Food ? Super Food adalah bahan makan yang mengandung nilai gizi yang sangat tinggi baik kadar, maupun jenis atau ragam kandungan gizinya, bila diban-dingkan dengan bahan makanan lainnya. Selain Super food, daun kelor juga disebut sebagai bahan makanan fungsional. Sebagai Fungsional Food, bahan makan ini memiliki banyak manfaat untuk menjaga kesehatan tubuh, mengandung makro dan mikro nutirien yang lengkap untuk menjaga stamina tubuh. Kandu-ngan daun kelor menurut Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM)

Indonesia tidak

disebutkan daun kelor segar atau kering, pada setiap 100 gr mengandung : 82 kalori energi ; 6,7 gram protein; 1,7 gram lemak; 14,3 karbohidrat; 440 mg kalsium; 70 mg fosfor; 7 mg zat besi; 11300 IU vitamin A; 0.21mg vitamin B; 220 mg vitamin C (Ratna Budiani *et al.*, 2020).

b. Resep Modifikasi Kue lumpur

Dalam pembuatan kue lumpur modifikasi, bahan yang kami gunakan yaitu, 150 g tepung terigu; 45 g ikan bandeng (kukus, haluskan); 300 g kentang (rebus, haluskan); 30 g daun kelor (rebus, haluskan); 1 butir telur; 1 butir kuning telur; 150 g gula pasir; 50 g margarin; 65 ml santan; garam secukupnya.

Untuk cara pembuatannya, pertama campurkan gula pasir dan telur kemudian mixer hingga merata, kemudian tambahkan garam secukupnya dan mixer kembali. kedua tambahkan santan, kemudian aduk rata. Ketiga tambahkan kentang, kemudian aduk rata adonan kembali. Keempat tambahkan tepung terigu sedikit demi sedikit sambil diaduk, kemudian tambahkan bandeng dan kelor yang telah dihaluskan, aduk rata. Masukkan margarin pada *step* selanjutnya, kemudian aduk kembali adonan hingga rata. Panaskan cetakan kue dengan api kecil dan olesi menggunakan margarin agar tidak lengket, setelah itu masukkan adonan kedalam cetakan yang sudah dipanaskan (kira-kira $\frac{1}{4}$ dari cetakan). Tunggu 15 hingga 30 menit, kue lumpur siap disajikan sebagai makanan selingan atau makanan utama bayi MP-ASI. Tidak lupa, kami memberikan catatan tambahan bahwa, ikan bandeng yang digunakan harus sesuai takaran agar hasil dari kue lumpur matang sempurna.

c. Kreasi Menu Sehat (KREMUS)

Salah satu tim pelaksana yaitu, Khoirun Nisa sebagai salah satu peserta kegiatan pengabdian masyarakat mendemokan bagai-mana cara pengolahan kue lumpur yang tepat agar tidak memberikan rasa amis dari ikan bandeng dan rasa pahit dari daun kelor yang dijadikan sebagai bahan dasar pembuatan. Setelah tim pelaksana mendemokan bagaimana cara pengolahan yang tepat, kami memberikan hasil pembuatan kue lumpur untuk dicicipi atau sebagai tester apakah baduta MP-ASI dapat menerima makanan tersebut.

Hasil dari modifikasi kue lumpur tersebut sangat disukai oleh baduta dan sangat diapresiasi oleh ibu baduta yang datang pada saat itu, karena memperoleh referensi resep dalam memo-difikasi menu makanan yang menarik dan tidak membosankan

4. KESIMPULAN

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stunting adalah kesalahan ibu dalam memberikan makanan pada bayinya. Pemberian ASI yang optimal dan pemberian makanan pendamping ASI dalam jumlah, kualitas atau variasi yang terbatas merupakan praktik pemberian makan yang mendorong terjadinya stunting pada bayi dan anak kecil. Ibu selaku primary care berpengaruh langsung terhadap status gizi anak. Desa randuboto merupakan salah satu desa di Kabupaten Gresik yang termasuk desa lokus stunting. Oleh karena itu, peneliti memilih Desa Randuboto sebagai tempat kegiatan pengabdian dan membantu menurunkan angka stunting di desa tersebut salah satunya dengan cara mengadakan kegiatan kreasi menu sehat dan memberikan referensi modifikasi kue lumpur padat gizi pada masyarakat. Hasil dari modifikasi kue lumpur tersebut sangat disukai oleh baduta dan sangat diapresiasi oleh ibu baduta yang datang pada saat itu, karena memperoleh referensi resep dalam memo-difikasi menu makanan yang menarik dan tidak membosankan.

Ucapan Terima Kasih

1. Kedua orang tua kami dan keluarga yang telah memberikan doa restu, kasih sayang, bantuan, dan dorongan yang diberikan selama ini agar kami lebih maju
2. Lembaga Pengabdian “Ini Masa Penting” kepada Masyarakat yang diselenggarakan oleh Asosiasi Institusi Pendidikan Tinggi Gizi Indonesia (AIPGI).
3. Ibu Amalia Rahma, S.Gz., M.Si dan Ibu Endah Mulyani, SST., M.Kes selaku Dosen Pembimbing Lapangan kegiatan pengabdian masyarakat.
4. Ibu-ibu pengurus Desa Randuboto, yang mempersilahkan kegiatan kami dan bersedia membantu dalam mempersiapkan tempat dan peralatan yang dibutuhkan selama kegiatan.
5. Ibu baduta (*audience*) yang juga terlibat dan bersedia membawa putra-putrinya di kegiatan edukasi dan demo masak (KREMUS) yang kami lakukan.
6. Pt. Smelting selaku sponsorship utama, yang telah meluangkan waktu untuk berinvestasi (pendanaan) dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat.
7. Teman-teman peserta kegiatan Pengabdian Masyarakat yang bersedia berpartisipasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmadi, M.F., Imra and Maulianawati, D. (2019) ‘Calcium and Phosfor Fortification of Crackers by Using Milkfish Bone (*Chanos chanos*)’, *Jurnal Ilmiah Perikanan dan Kelautan*, 11(1), pp. 49–54. Available at: <https://doi.org/10.20473/jipk.v11i1.11911>.
- Febrianita, Y. and Fitri, A. (2020) ‘The Effect of Nutritional Counseling on Mother Measures in How to Give Children Stunting Eating in Kampar District Tapung’, *Journal of*

International Conference Proceedings, 3(2), pp. 86–93. Available at: <https://doi.org/10.32535/jicp.v0i0.907>.

Model, K. and Penurunan, P. (2023) ‘MINISTRATE Kolaborasi Model’, 5(3), pp. 69–81.

Nababan, L. and Widyaningsih, S. (2018) ‘Pemberian MPASI dini pada bayi ditinjau dari pendidikan dan pengetahuan ibu’, *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), pp. 32–39. Available at: <https://doi.org/10.31101/jkk.547>.

Nur Hadibah Hanum (2019) ‘Hubungan Tinggi Badan Ibu dan Riwayat Pemberian MP-ASI dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-59 Bulan’, *Amerta Nutrition*, 3(2), pp. 78–84. Available at: <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i2.2019.78-84>.

Perwitasari, T., Nurita, S.R. and Armina, A. (2023) ‘Edukasi pada Ibu Balita tentang Pemanfaatan Daun Kelor untuk Pencegahan Stunting di Desa Talang Bukit Muaro Jambi’, *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(2), p. 230. Available at: <https://doi.org/10.36565/jak.v5i2.458>.

Ratna Budiani, D. *et al.* (2020) ‘Pendamping Asi Padat Nilai Gizi’, *Buku SAKU MP ASI*, pp. 1–15.

Reiher, A. and Mohammadnezhad, M. (2019) ‘A qualitative exploration of behavioral factors affecting mothers of malnourished children under 5 years old in Kiribati’, *F1000Research*, 8, pp. 1–17. Available at: <https://doi.org/10.12688/F1000RESEARCH.17732.2>.

Rohmah, N. and Riani, indri N. (2023) ‘Upaya Pencegahan Stunting: Smoothie dari Ubi Ungu Sebagai Pemberian Makanan Tambahan’, 6(2), pp. 454–463.

Wulandari Leksono, A. *et al.* (2021) ‘Risiko Penyebab Kejadian Stunting pada Anak’, *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat: Pengmaskemas*, 1(2), pp. 34–38.