

MODIFIKASI NUGGET BAHAN DASAR IKAN DAN JAGUNG BERDASARKAN HASIL DARI PEMBERDAYAAN PERTANIAN DAN PERIKANAN DI DUSUN SIDODADI DESA KRANJI KEC. PACIRAN GUNA MEMPERTAHANKAN STATUS GIZI PADA USIA ANAK SEKOLAH (TK - SD)

Putri Nur Aisyah¹, Vidya Rahmatil Safrila², Yanuar Pandu Negoro³, Farikah⁴,
Andi Rahmad Rahim⁵

Program Studi S1 Ilmu Gizi, Prodi Aquakultur

Universitas Muhammadiyah Gresik

Email : nuraisyahputri91@gmail.com¹, safriavidya@gmail.com²,
yanuar.pandu@umg.ac.id³

ABSTRAK

Selama kegiatan KKN yang kami lakukan di Dusun Sidodadi Desa Kranji Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan membuat kami melakukan sebuah observasi status gizi terhadap beberapa warga yang memiliki anak yang duduk dibangku Taman Kanak-Kanak hingga Sekolah Dasar. Observasi yang kami lakukan, salah satunya dengan cara meminta data kepada Kepala Desa Kranji. Sehingga dari hasil observasi tersebut memperoleh data status kesehatan pada anak usia sekolah (TK - SD) dalam kategori baik dengan jumlah stunting 0%. Kemudian kami mempunyai gagasan untuk memberikan pengetahuan mengenai "Modifikasi Nugget Bahan Dasar Ikan Dan Jagung Berdasarkan Hasil Dari Pemberdayaan Pertanian Dan Perikanan Di Dusun Sidodadi Desa Kranji Kec. Paciran Guna Mempertahankan Status Gizi Pada Usia Anak Sekolah (TK - SD)".

Kata kunci : Program Kerja, Status Gizi, Modifikasi, Dusun Sidodadi.

ABSTRACT

During the KKN activities that we carried out in Sidodadi Hamlet, Kranji Village, Paciran District, Lamongan Regency, we made an observation of the nutritional status of several residents who had children from Kindergarten to Elementary School. One of the observations we made was by asking for data from the Head of Kranji Village. So that from the results of these observations obtained data on the health status of school-age children (TK - SD) in the good category with a stunting rate of 0%. Then we had the idea to provide knowledge about "Modification of Fish and Corn Basic Material Nuggets Based on Results from Empowerment of Agriculture and Fisheries in Sidodadi Hamlet, Kranji Village, Kec. Paciran to Maintain Nutritional Status in School Children (TK - SD)".

Keywords: Work Program, Nutritional Status, Modification, Hamlet Sidodadi

PENDAHULUAN

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik untuk mengabdikan kepada masyarakat desa. Diharapkan dengan dilaksanakannya KKN ini dapat

menumbuhkan sikap peduli di kalangan mahasiswa terhadap permasalahan nyata yang terjadi di masyarakat desa, melahirkan individu-individu yang tangguh, berprestasi, berakhlak mulia dan mempunyai kemampuan menjadi individu yang luar biasa ketika terjun ke masyarakat, serta dapat membantu mengembangkan desa yang lebih maju secara ekonomi dan sosial.

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) diharapkan dapat membantu masyarakat desa Kranji untuk membangun desa dan membantu masyarakat mengatasi permasalahan yang dihadapi desa saat ini.

Secara geografis letak desa Kranji berada pada bagian utara Kabupaten Lamongan Kecamatan Paciran yang dibagi dalam beberapa dusun : Dusun Kranji, Dusun Tepanas, Dusun Sidodadi. Jumlah Kepala Keluarga 761, mayoritas pekerja di Desa Kranji 40% Nelayan dan 40% Petani serta 20% yang terdiri dari Wiraswasta, Pedagang, PNS, dll. Sumber daya alam di Desa Kranji dapat dikategorikan mendukung aktivitas nelayan dan pertanian.

Di Desa Kranji Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan penghasilan terbanyak berasal dari sektor perikanan dan pertanian. Namun masyarakat lebih sering mengkonsumsi sumber protein seperti ayam, telur, tahu, dan tempe. Akan tetapi status gizi anak di desa tersebut tergolong dalam kategori normal/gizi baik, dengan presentase data stunting 0%.

METODE PELAKSANAAN

Tujuan yang diharapkan, program kerja KKN di Dsn. Sidodadi Ds. Kranji Kec. Paciran, dengan melakukan Modifikasi Nugget Bahan Dasar Ikan Dan Jagung Berdasarkan Hasil Dari Pemberdayaan Pertanian Dan Perikanan Di Dusun Sidodadi Desa Kranji Kec. Paciran Guna Mempertahankan Status Gizi Pada Usia Anak Sekolah (TK - SD). Sosialisasi modifikasi nugget bahan dasar ikan dan jagung berdasarkan hasil dari pemberdayaan pertanian dan perikanan di Dusun Sidodadi Desa Kranji Kecamatan Paciran guna mempertahankan status gizi pada usia anak sekolah (TK - SD).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Melakukan sosialisasi modifikasi nugget bahan dasar ikan dan jagung berdasarkan hasil dari pemberdayaan pertanian dan perikanan di dusun sidodadi desa kranji kecamatan paciran guna mempertahankan status gizi pada usia anak sekolah (TK - SD) memiliki hasil dan dampak yang beragam bagi Masyarakat di desa tersebut.

Gizi memiliki peranan sangat penting dalam menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak. Konsumsi makanan merupakan salah satu faktor yang secara langsung berpengaruh terhadap status gizi seseorang, kemudian jagung adalah salah satu tanaman pangan penghasil karbohidrat selain gandum dan beras. Untuk kandungan karbohidrat pada 100 gr jagung mengandung 361-366 kcal. Selain kandungan karbohidratnya yang tinggi, juga kaya akan protein, vitamin B, dan vitamin A (Soegiharto, 2010).

Pengolahan jagung memberikan petunjuk bahwa bahan pangan tersebut dapat

Seminar Hasil

Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Kuliah Kerja Nyata

mengatasi kekurangan pangan fungsional lebih dini dibanding bahan pangan lainnya (Yasin, 2011).

Selain itu menurut kemenkes kandungan ikan kaya akan manfaat dan dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak yang maksimal, ikan merupakan salah satu sumber protein hewani yang mengandung asam amino esensial yang lengkap dan rendah lemak/lemak tak jenuh diantaranya (omega 3, zat besi, magnesium, dan zinc) (Klaten, 2023). Berikut ini adalah beberapa hasil dan dampak yang mungkin terjadi:

Kesadaran Masyarakat akan pentingnya mengkonsumsi sumber protein dari ikan yang mengandung asam amino lengkap untuk anak TK - SD yang masih dalam masa pertumbuhan.

Rasa antusiasme ibu/orang tua untuk memodifikasi masakan agar anak tidak merasa bosan dengan tampilan menu makanan

Memperoleh contoh referensi resep dalam memodifikasi makanan yang semula membosankan menjadi bentuk yang menarik sehingga anak juga merasa senang saat mengonsumsi makanan tersebut.

Pelatihan ini memberikann dampak :

Memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan pemberdayaan UMKM Masyarakat melalui pengolahan hasil perikanan dan pertanian yang unggul dan berdaya saing karena dapat dijadikan sebagai usaha yang di perjual belikan.

Mengurangi sifat anak yang *picky food* (memilih-milih makanan) dengan dilakukannya modifikasi makanan

Namun, perlu diingat bahwa memodifikasi makanan dengan sasaran untuk mempertahankan status gizi normal/baik harus sesuai dengan kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan. Karena apabila kalori yang diberikan melebihi kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan akan terjadi kelebihan berat badan (*overweight*) dan apabila kalori yang diberikan kurang dari kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan akan terjadi kekurangan berat badan (*underweight*).

Berikut adalah perhitungan rata-rata kebutuhan energi yang pada usia sekolah dan nilai gizi yang terkandung dalam resep modifikasi nugget ikan dan jagung

Tabel 1 Rata - Rata Kebutuhan Energi Pada Anak Usia Sekolah (TK - SD) berdasarkan tabel AKG 2019

Usia	Energi (kcal)	Protein (g)	Lemak (g)	Karbohidrat (g)
5 - 6	1.400	25	50	220
7 - 9	1.650	40	55	250
10 - 12 (lk)	2.000	50	65	300
10 - 12 (pr)	1.900	55	65	280
Total	6.900	170	2356	1.050
Rata - rata	1.737,5	42,5	58,75	262,5

Dari tabel 1 dapat diperoleh rata - rata kebutuhan energi anak usia sekolah (TK - SD) = 1.737,5 Kcal

Kebutuhan 1 porsi snack = 15% dari kebutuhan energi

Energi = 15% x 1.737,5 = 260,62 Kcal
 Protein = 15% x 42,5 = 6,37 g
 Lemak = 15% x 58,75 = 8,81 gr
 Karbohidrat = 15% x 262,5 = 39,83 g

Tabel 2 nilai gizi bahan makanan Nugget Ikan Dan jagung

No.	Bahan	Berat (g)	Energi (kal)	Protein (g)		Lemak (g)	Karbohidrat (g)
				H	N		
1.	Ikan kucul	50	52,5	8,73	-	2,5	-
2.	Telur	55	75	7	-	5	-
3.	Jagung	50	12,5	-	0,5	-	2,5
4.	Wortel	50	18	-	0,5	0,3	3,95
5.	Tepung	15	49,95	-	1,35	0,15	11,58
6.	Tepung	5	18,15	-	0,05	0,02	4,41
7.	Tepung roti	9	29,97	-	0,9	-	6,59
jumlah			256,07	15,73	3,3	7,97	29,03

Realisasi aktivitas mahasiswa KKN regular UMG Program Studi Ilmu Gizi Di Pelit Dusun Sidodadi tempat sosialisasi dan masak. Proses observasi data status gizi anak usia sekolah di Dusun Sidodadi. Proses registrasi peserta sosialisasi. Proses pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan demo masak di Balai Dusun Sidodadi



Gambar 1. Dokumentasi Bersama Peserta Kegiatan Sosialisasi

Mayoritas penghasilan di Desa Kranji adalah dari perikanan dan pertanian. Namun, mayoritas masyarakatnya jarang mengkonsumsi ikan. Lebih sering mengkonsumsi sumber protein seperti ayam, telur, tahu, dan tempe. Alasan utamanya dikarenakan bosan dengan ikan/seafood. Oleh karena itu mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik Program Studi Ilmu Gizi membantu masyarakat di desa tersebut agar tidak lagi merasa bosan memakan sumber protein yaitu ikan dengan memodifikasi nugget bahan dasar ikan dan jagung yang mana di sisi lain juga dapat mempertahankan status gizi pada usia anak sekolah (TK - SD) di desa tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang sudah tertera diatas dapat disimpulkan bahwa progeam KKN UMG dalam memberdayakan Masyarakat Dusun Sidodadi Desa Kranji Kecamatan Paciran terhadap Modifikasi nuget bahan dasar ikan dan jagung berdasarkan hasil dari pemberdayaan pertanian dan perikanan di dusun sidodadi desa kranji kecamatan paciran guna mempertahankan status gizi pada usia anak sekolah (TK - SD) telah berjalan dengan baik. Dan diharapkan Masyarakat di desa tersebut sudah paham betul dalam mengatasi rasa bosan terhadap makanan tertentu dengan cara melakukan modifikasi makanan. Serta diharapkan Masyarakat di desa tersebut dapat termotifasi dalam membuka usaha guna meningkatkan meningkatkan pemberdayaan UMKM Masyarakat melalui pengolahan hasil perikanan dan pertanian yang unggul dan berdaya saing.

DAFTAR PUSTAKA

- Hidayati, R. A., & Farikhah, F. (2023). Pengembangan Jiwa Wirausaha Santri Melalui Penguatan Kepemimpinan Berwirausaha Dan Pelatihan Budikdamber Pada Santri Pondok Pesantren Al-Kayyis Bangkalan Madura. *Jurnal Pengabdian Manajemen*, 3(1), 15. <https://doi.org/10.30587/jpmanajemen.v3i1.5987>
- Klaten, T. P.-R. (2023, mei rabu). *Manfaat Konsumsi Ikan bagi Kesehatan Anak*. Retrieved from [yankes.kemkes.go.id:https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2442/manfaat-konsumsi-ikan-bagi-kesehatan-anak#:~:text=Nutrisi%20yang%20dikandungnya%20mampu%20meningkatkan,vitamin%20D%2C%20serta%20vitamin%20B12](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2442/manfaat-konsumsi-ikan-bagi-kesehatan-anak#:~:text=Nutrisi%20yang%20dikandungnya%20mampu%20meningkatkan,vitamin%20D%2C%20serta%20vitamin%20B12)
- Sari, D. J. E. (2023). *Analisis faktor yang mempengaruhi intensi terhadap pelaksanaan discharge planing berdasarkan Theory of Planned Behavior (TPB)*. 14(1).
- Soegiharto, I. S. (2010). MENGENALKAN JAGUNG SEBAGAI MAKANAN ALTERNATIF PADA ANAK USIA DINI. *MENGENALKAN JAGUNG SEBAGAI MAKANAN ALTERNATIF PADA ANAK USIA DINI*, 1-13.
- Widiharti, Sari, D. J. E., Suminar, E., Rahmah, A. L., Rizkiyah, C. K., & Mayreela, D. (2022). Pemberian Edukasi Perilaku Pencegahan Penularan TBC dengan Pendekatan Health Belief Model. *MARTABE : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5, 2872-2876.
- Yasin, S. d. (2011). Jagung sebagai Sumber Pangan Fungsional . *Iptek Tanaman Pangan*, 41-56