

## Edukasi Pemberian Makanan Tambahan Melalui Pemanfaatan Sumber Pangan Lokal untuk Pencegahan Stunting di Desa Kuta Batu

\*Mustafa Kamal<sup>1</sup>, Nazly Pramuditha<sup>2</sup>, Riska Mafira<sup>3</sup>, Nanda Riski Syahputra<sup>4</sup>, Maulida<sup>5</sup> Rajul Fahmi<sup>6</sup>, Akmal Yusdi<sup>7</sup>, Lusi Efidayani<sup>8</sup>, Hasanuddin Husin<sup>9</sup>, Afwa Hayuningtyas<sup>10</sup>

<sup>1,7,9,10</sup>*Fakultas Pertanian, Universitas Teuku Umar, Aceh Barat, 23615, Indonesia*

<sup>2,6</sup>*Fakultas Teknik, Universitas Teuku Umar, Aceh Barat, 23615, Indonesia*

<sup>3,8</sup>*Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Teuku Umar, Aceh Barat, 23615, Indonesia*

<sup>4,5</sup>*Fakultas Ekonomi, Universitas Teuku Umar, Aceh Barat, 23615, Indonesia*

\*Corresponding author: mustafakamal@utu.ac.id

### Abstrak

Stunting adalah permasalahan serius yang dapat menghambat perkembangan anak, biasanya disebabkan oleh kurangnya asupan gizi pada masa balita. Indonesia menghadapi tantangan besar dalam mengatasi stunting. Menteri Kesehatan Republik Indonesia telah mengeluarkan Peraturan Nomor 2 Tahun 2020 mengenai standar antropometri anak sebagai acuan. Stunting pada balita ditandai dengan tinggi badan yang tidak sesuai dengan usianya. Pendidikan berperan penting dalam mencetak generasi berkualitas di masa depan. Salah satu upaya pencegahan stunting dilakukan melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Kuta Batu, Kabupaten Aceh Singkil. Program ini bertujuan memberikan pemahaman kepada ibu-ibu mengenai pentingnya Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bergizi untuk mendukung tumbuh kembang anak. Dalam kegiatan ini, peserta KKN membuat produk pencegahan stunting menggunakan bahan dasar ikan gabus, yang kaya akan gizi. Makanan olahan ini disukai oleh warga desa Kuta Batu. Ikan gabus mengandung banyak nutrisi, seperti, Protein, Omega 3, Vitamin A, Kalsium, Fosfor, Kalium, Zat besi, Natrium, Tembaga, Seng. Salah satu manfaatnya membangun dan menjaga kekuatan dan membantu memaksimalkan pemeliharaan tulang. Hasil dari program ini menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya PMT dan gizi seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

**Kata Kunci:** stunting; makanan tambahan; ikan gabus;

### 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah permasalahan serius yang dapat merusak perkembangan anak, stunting ini biasanya terjadi karena kurangnya asupan gizi pada anak dan dapat menjadikan penghambat bagi kembang tubuh sehingga dapat menyebabkan penyakit yang berbahaya seperti diare dan ISPA. Indonesia memiliki permasalahan yang serius dalam hal penanganan stunting. Stunting di Indonesia masuk dalam kategori lampu merah dengan akurasi angka stunting yang cukup tertinggi. Tahun 2019 merupakan tahun dimana stunting di Indonesia menduduki angka sebesar 27,7%, dan ini menyatakan bahwa 1 dari 4 balita (delapan juta lebih balita) dinyatakan terkena stunting, pada tahun 2020 *world bank* merilis data bahwa stunting yang terjadi di Indonesia menduduki angka 115 dari 151 negara lain [1]. Prevalensi stunting di Indonesia menurun dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Meski mengalami penurunan, namun persentasenya sebesar 21,6% masih tergolong tinggi. Provinsi Aceh akan menjadi provinsi dengan prevalensi balita stunting tertinggi kelima di Indonesia pada tahun 2022, dengan indeks sebesar 31,2 berdasarkan hasil Survei Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan. Dampak dari tidak mendapatkan nutrisi yang maksimal bisa sangat serius [2][3].

Stunting diartikan sebagai salah satu faktor yang menyebabkan seorang anak menjadi lebih pendek dibandingkan seusianya. Tinggi badan anak yang disesuaikan dengan usia dan jenis kelamin merupakan standar pengukuran stunting sebagai ukuran status gizi. Indeks tinggi dan berat badan ditentukan dengan menggunakan pedoman untuk menghitung skor indeks Z tinggi badan menurut usia (TB/U). Jika nilai indeks TB/U-Z di bawah -2 SD (standar deviasi), maka anak tersebut termasuk dalam kelompok stunting.

Kondisi stunting pada anak sulit dideteksi karena masyarakat belum terbiasa dengan praktik pengukuran tinggi dan berat badan anak [4]. Faktor lain yang turut menyebabkan tingginya angka stunting di Indonesia antara lain kurangnya pengetahuan ibu tentang kesehatan dan kebutuhan gizi selama kehamilan, terbatasnya pelayanan kesehatan, dan minimnya fasilitas sanitasi [5].

Menteri Kesehatan Republik Indonesia telah mengeluarkan peraturan yang mengatur standar Antropometri Anak yang tertera pada nomor 2 tahun 2020 [6]. Dimana isinya menyatakan balita yang terkena stunting dilihat dari tinggi badan bukan dari umur mereka. Indonesia mengalami penurunan angka stunting pada tahun 2024, dimana angka stunting ini berada pada angka sebesar 14% mulai generasi-generasi terdahulu. Pada saat ini akan tetap terjadi tantangan besar dalam tercapainya target kasus stunting itu sendiri [7]. Warga Indonesia sering menganggap bahwa anak yang memiliki tumbuh pendek atau kerdil dianggap karena faktor genetik, dugaan ini yang menjadikan permasalahan stunting di Indonesia sangat sulit diatasi. Namun faktanya keturunan hanya 15% berkontribusi, padahal faktor utama adalah asupan nutrisi, hormon pertumbuhan, serta seringnya infeksi pada bayi, asupan nutrisi sangat memengaruhi perkembangan balita, anak-anak yang tidak memenuhi nutrisi dalam jangka Panjang ini sangat sulit untuk dilakukan pencegahan. Karena pada dasarnya stunting bisa dicegah menggunakan cara memperbanyak asupan makanan terlebih dahulu [8].

Salah satu cara yang diberikan oleh Penguruan tinggi Universitas Teuku Umar untuk pemenuhan perannya yang meliputi pengabdian kepada masyarakat melalui penerapan judul “Edukasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) melalui Bahan - Bahan Sumber Lokal untuk Pencegahan Stunting di Desa Kuta Batu”. Salah satu bahan yang digunakan adalah ikan gabus, dan beberapa bahan penambah lainnya seperti tahu, tempe, telur rebus, dan berbagai bahan pangan lokal lainnya. Pemanfaatan bahan lokal ini guna pencegahan stunting di Desa Kuta Batu, Kabupaten Aceh Singkil. Ibu-ibu diajarkan untuk melakukan pengolahan bahan agar dapat dikonsumsi setiap harinya dan dilakukan pelatihan memasak untuk mencegah terjadinya stunting. Metode pengolahan makanan menjadi lebih bernilai dan terasa lebih nikmat untuk dikonsumsi. Oleh karena itu, harapan warga yang ikut berpartisipasi dalam aktifitas ini bisa memberikan informasi serta wawasan baru untuk ibu- ibu Desa Kuta Batu dan menambahkan penghasilan keluarga.

## 2. METODE

Lokasi pelaksanaan praktik pembuatan makanan pencegahan stunting dilakukan kantor Desa Kuta Batu, Kecamatan Simpang Kanan, Kabupaten Aceh Singkil. Program ini adalah salah satu langkah dari pengabdian kepada masyarakat melalui kelompok KKN. Ibu-ibu di desa ini dikumpulkan oleh aparat desa yang mewajibkan hadir dan turut serta pada praktik pengolahan makanan ini, yang dimulai dari bahan mentah hingga menjadi makanan yang dapat dikonsumsi secara sehat serta aman. Metode *Participatory Action Research* (PAR) digunakan dalam kegiatan ini. PAR merupakan cara penyadaran masyarakat akan potensi dan masalah yang ada serta mendorong keikutsertaan ataupun partisipasi warga dalam pelaksanaan program kerja serta perubahan yang ingin dilaksanakan [9].

Berkut langkah-langkah metode PAR yang digunakan di Desa Kuta Batu seperti tampak pada gambar 1.



**Gambar 1.** Bagan Alir kegiatan PAR

### A. Perencanaan

Langkah pertama adalah melakukan perencanaan dimulai dari mengunjungi setiap rumah warga Desa Kuta Batu. Tahapan ini dilakukan agar mudah mengali data aktifitas warga serta kegiatan keseharian masyarakat. Dari langkah ini di dapatkan hasil berupa informasi bahwa umumnya masyarakat bekerja sebagai petani. Biasanya warga dengan profesi petani memiliki sumber hasil pangan lokal yang dapat digunakan sebagai produk olahan sebagai upaya pencegahan stunting.



**Gambar 2.** Perencanaan Kegiatan dengan Aparatur Desa

### B. Pengamatan

Langkah kedua yaitu melakukan pengamatan atau kontrol manfaat produk bagi masyarakat terutama balita. Pada tahap ini juga dilakukan pengamatan terhadap kandungan produk yang dibuat agar memiliki kandungan gizi yang baik untuk pencegahan stunting.



**Gambar 3.** Diskusi bersama Anggota Kelompok

### C. Implementasi

Langkah ketiga merupakan tahapan implementasi, proses ini adalah penentuan produk yang akan dibuat, dan keputusan yang di pilih adalah pemanfaatan ikan gabus. Pemilihan ini sesuai kesepakatan dari pihak kepala desa, bidan desa dan mahasiswa KKN UTU.



**Gambar 4.** Daging Ikan Gabus segar

#### D. Refleksi

Tahapan terakhir ialah tahapan melakukan penyuluhan atau biasa disebut dengan sosialisasi mengenai stunting di posyandu desa kuta batu, dimulai dengan melakukan presentasi publik tentang produk. Selain itu kami juga mengajari informasi gizi yang terkandung dalam produk yang dibuat, ini juga terdapat penjelasan mengenai informasi gizi yang diperlukan anak.



**Gambar 5.** Bersama Perangkat Desa Kuta Batu

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kerja mahasiswa Universitas Teuku Umar bertujuan untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada ibu – ibu tentang pentingnya Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk balita yang berperan penting untuk mendukung tumbuh kembang balita, perkembangan, meningkatkan daya tahan tubuh anak, dan mempercepat tumbuh perkembangan mereka. Pada kegiatan ini para mahasiswa menyediakan olahan dari ikan gabus yang banyak mengandung nutrisi serta baik untuk balita. Ikan gabus memiliki kandungan protein yang cukup tinggi yaitu sebesar 25,2% [10][11]. Ikan gabus juga mengandung albumin yang tidak dimiliki oleh ikan lainnya seperti ikan lele, ikan gurami, ikan nila, ikan mas dan sebagainya [12][13]. Selain dari itu, kandungan asam amino esensial dan asam amino nonesensial pada ikan gabus memiliki kualitas yang jauh lebih baik dari albumin telur. Ikan gabus mempunyai kandungan albumin sebesar 62,24 g/kg (6,22%) [14]. Selain mengedukasi masyarakat untuk pemberdayaan ikan gabus, ibu-ibu juga diberikan pengetahuan tentang pentingnya PMT. Pemanfaatan ikan gabus hasil budidaya

masyarakat dapat menjadi peluang guna mengatasi masalah gizi dan dapat juga digunakan untuk memenuhi kebutuhan gizi sehari-hari serta memberikan peluang penghasilan tambahan [15].



**Gambar 6.** Penyampaian Materi Manfaat Hasil Pangan Lokal Untuk Pencegahan Stunting



**Gambar 7.** Proses Menyusun Makanan untuk dibagikan Kepada Masyarakat



**Gambar 8.** Proses membeli barang kebutuhan

Alur pembuatan makanan pencegah stunting dilakukan di kantor Desa Kuta Batu, Kabupaten Aceh Singkil, Provinsi Aceh, Indonesia. Makanan yang telah selesai diolah kemudian diletakkan di meja untuk dapat dilihat oleh seluruh masyarakat guna memberikan edukasi kepada seluruh masyarakat Desa Kuta Batu. Setelah dijelaskan fungsi, vitamin dan manfaat yang terkandung, warga desa diminta untuk membawa pulang satu persatu makanan yang telah dibuat untuk disantap bersama keluarga. Sekitar 90% ibu-ibu merupakan peserta pelatihan yang percaya akan

kualitas serta manfaat akan makanan ini. Peserta memberikan pendapat yang positif terhadap pelaksanaan kegiatan ini.



**Gambar 9.** Memasak bahan makanan



**Gambar 10.** Proses demo masak bersama warga

Melibatkan ibu-ibu dan masyarakat Desa Kuta Batu dalam proses pembuatan makanan memiliki peran krusial. Keahlian memasak mereka sangat berharga dalam menjamin asupan nutrisi anak. Dengan kegiatan memasak bersama dan edukasi tentang nilai gizi setiap bahan makanan diharapkan ibu-ibu dapat membuat pilihan lebih sehat dan berkualitas untuk keluarganya.



**Gambar 11.** Proses Pembagian Makanan kepada Masyarakat

Pada proses pembagian makanan dibantu oleh kepala desa warga kuta batu, diharapkan dari hasil berbagi makanan ini dapat menunjang perubahan stunting yang terjadi pada pulau singkil, dan menambah pengetahuan baru bagi masyarakat desa kuta batu ini agar masyarakat lebih dapat memperhatikan nutrisi maupun tumbuh kembang anak sehingga kita semua dapat terbebas dari penyakit stunting ini.

#### 4. PENUTUP

Edukasi pemberian makanan tambahan (PMT) menggunakan bahan lokal, khususnya ikan gabus dapat menjadi strategi efektif dalam upaya mencegah stunting di masyarakat Desa Kuta Batu. Kegiatan ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya PMT dan gizi seimbang untuk tumbuh kembang anak melalui pelatihan praktis pembuatan makanan bergizi dari bahan lokal.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anita, Anita, and Eko Sutrisno. "Analisis Persepsi Masyarakat Terhadap Pengolahan Pangan Lokal Untuk Pencegahan Stunting Di Jawa Timur." *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan* 4(1): 456–66. Juli 2022.
- [2] Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi. Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik. Indonesia; 2022.
- [3] Husin, H., Kamal, M., Maliza, N. O., Hayuningtyas, A., Maryati, S., & Ernawati, E. (2024). Pengembangan Pangan Fungsional dalam Usaha Pencegahan Stunting di Gampong Suak Ribee. *Teknodimas: Teknologi Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 51-57.
- [4] Arthur J. Boucot and George O. Poinar Jr., "Fossil Behavior Compendium," in *1st Edition*, 2010, p. 424.
- [5] Yuwanti, F. Mahanani Mulyaningrum, and M. Mulya Susanti, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stunting Pada Balita di Kabupaten Grobogan", 2021.
- [6] Permenkes RI. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta : Menteri Kesehatan RI.
- [7] Fitri, Destia Rahma, and Fadli Afriandi. 2023. Edukasi Pemberian Makanan Tambah (PMT) Puding Kelor Untuk Pencegahan Stunting. *PINTOE: Pengabdian Teuku Umar*. 9-20. Juni 2024.
- [8] Hurul Ainun, Nabiilah, and Muhammad Jailani. 2023. Pemanfaatan hasil pangan lokal dalam upaya pencegahan stunting di desa bandar baru, kecamatan Sibolangit, sumatera utara." *Modeling: jurnal program studi pgmi modeling* 10(1): 254–60. Maret 2023.
- [9] Sutyawan, Novidiyanto, and Ambar Wicaksono. 2022. 6 Optimization The Utilization Of Local Food That Is Safe And Nutritious In Stunting Prevention Efforts In Ibul Village, West Bangka Regency. <http://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi>. 565-577. Juli 2022.
- [10] Yulianti, Y., & Mutia, K. (2018). Analisis kadar protein dan tingkat kesukaan nugget ikan gabus dengan penambahan tepung wortel. *Gorontalo Agriculture Technology Journal*, 1(1), 37-41.
- [11] Salman, Y., Syainah, E., & Rezkiah, R. (2018). Analisis Kandungan Protein, Zat Besi dan Daya Terima Bakso Ikan Gabus dan Daging Sapi. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 14(1), 63-73.
- [12] Yuniarti, D.W., Titik, D.S., dan Eddy, S., 2013. Pengaruh Suhu Pengeringan Vakum Terhadap Kualitas Serbuk Albumin Ikan Gabus (*Ophiocephalus striatus*). *THPi Student Journal*, VOL. 1 NO. 1 pp 1-9.
- [13] Fitriyani, E., & Meidy Deviarni, I. (2016). Pemanfaatan ekstrak albumin ikan gabus (*Channa striata*) sebagai bahan dasar cream penyembuh luka.

- [14] Suprayitno , E., A. Chamidah dan Carvallo. 2008. Albumin Ikan Gabus (*Ophiocephalus striatus*) Sebagai Makanan Fungsional Mengatasi Permasalahan Gizi Masa Depan. Pidato Pengukuhan Jabatan Guru Besar dalam Ilmu Biokimia Ikan. Rapat Terbuka Senat. Fakultas Perikanan Universitas Brawijaya. Malang.
- [15] Sekar, Arum, Rahayuning Putri, and Trias Mahmudiono. 2022. Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pemulihan Pada Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Simomulyo, Surabaya Effectiveness Of Supplementary Feeding Recovery On Children Under Five Nutritional Status In Simomulyo Health Center Work Area, Surabaya. doi:10.2473/amnt.v4i1.2020.58-64. Maret 2020.