

PENDAMPINGAN IBU BALITA DALAM INOVASI PEMBUATAN DAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN PADA BALITA DENGAN BAHAN KEARIFAN LOKAL

Dwi Siska¹ Rita Agustiningrum² Esti Dwi³ Iffah Elfrida⁴ Siti Cholifah⁵

^{1,2,3,4,5} S1 Alih Jenjang Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Muhammadiyah Surabaya

email :iffah.elfrida@gmail.com

Abstrak

Permasalahan gizi di Indonesia memberikan berdampak besar terhadap Sumber Daya Manusia (SDM), sehingga perlu adanya perhatian khusus . Salah satu masalah gizi yang banyak terjadi di Indonesia adalah gizi kurang. Balita. hal ini mengakibatkan gangguan pada pertumbuhan anak Apabila tidak ditangani dengan baik maka berisiko mengganggu perkembangan fisik dan kognitif anak, sehingga dapat berdampak pada kehidupan anak hingga dewasa, dengan ditemukannya gizi kurang sebesar 4,9%, balita dengan gizi buruk sebesar 1,5% serta balita pendek sebesar 3% gizi kurang sebesar 4,9%, balita dengan gizi buruk sebesar 1,5% serta balita pendek sebesar 3% maka kami melakukan pendampingan ibu balita dalam inovasi pembuatan dan pemberian makanan tambahan pada balita dengan bahan kearifan lokal ini inovasi ini merupakan rancangan sebagai menu olah rumahan dan makanan balita yang menjadi daya tarik baru untuk mencegah gizi kurang pada kegiatan yang dilaksanakan di desa Balonggabus kecamatan candi Kabupaten sidoarjo. Setelah dilaksanakannya kelas balita dengan metode pemberian edukasi inovasi pmt, cara membuat nuget dan abon kupang serta pemberian menu sehat , sehingga ibu dapat mengolah kupang dengan baik dan sehat. Dengan adanya program ini yang disajikan dapat memberikan dampak baik dalam mencegah atau memperbaiki kualitas status gizi pada balita stunting di Desa balonggabus, Kecamatan candi, Kabupaten Sidoarjo.

Kata kunci : PMT, gangguan gizi, kupang

Abstract

Stunting is a chronic malnutrition problem caused by insufficient nutritional intake for a long time due to feeding that is not in accordance with nutritional needs. Stunting can occur from the time the fetus is still in the womb and only appears when the child is two years old (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2016), this results in disruption of child growth If not handled properly, it risks disrupting the child's physical and cognitive development, so that it can have an impact on the child's life until adulthood, making nuggets and shredded kupang is a healthy menu designed as a home-cooked menu and toddler food which is a new attraction to prevent stunting in alternative KKN activities carried out in Balong gabus village, temple sub-district, Sidoarjo Regency. After the implementation of the toddler class with the method of providing pmt innovation education, how to make kupang nuggets and shredded kupang and providing a healthy menu, so that mothers can process kupang properly and healthily. With this

program presented, it is hoped that it can have a good impact on preventing or improving the quality of nutritional status in stunting toddlers in Balonggabus Village, Candi District, Sidoarjo Regency.

Keywords: stunting, kupang nuggets, shredded kupang

1. PEDAHLUAN

Permasalahan gizi di Indonesia memberikan berdampak besar terhadap Sumber Daya Manusia (SDM), sehingga perlu adanya perhatian khusus (Masnah & Saputri, 2020). Salah satu masalah gizi yang banyak terjadi di Indonesia adalah gizi kurang. Balita (0-5 tahun) merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi atau termasuk salah satu kelompok masyarakat yang rentan gizi (Irianti, 2018).

Menurut data Kemenkes RI tahun 2021 prevalensi stunting mengalami penurunan setiap tahunnya di Indonesia. Prevalensi stunting merupakan ukuran proporsi anak - anak yang tinggi badannya dibawah rata-rata secara keseluruhan. Sebanyak 5,33 juta balita masih mengalami stunting pada tahun 2013, artinya angka prevalensi stunting saat ini sebesar 37,2%, jauh melampaui target 14% yang harus dicapai pada tahun 2024. Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan, angka stunting Indonesia turun dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Prevalensi balita stunting di Jawa Timur mencapai 16 % pada tahun 2022.

Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022 prevalensi balita stunting di provinsi Jawa Timur sebesar 19,2%. Di Kabupaten Sidoarjo Tahun 2022 sebesar 16,1% dan ditahun 2023 mengalami penurunan menjadi 8% (Sistem Kesehatan Indonesia, 2023). Hasil riset kesehatan dasar terakhir prevalensi stunting di Kabupaten Sidoarjo sudah masuk zona hijau tetapi masih jauh dari target yang ditetapkan Pemerintah Kabupaten yaitu 0% stunting pada tahun 2025. Di Desa Balonggabus sendiri terdapat 0% kasus stunting namun masih ada balita dengan gizi kurang sebesar 4,9%, balita dengan gizi buruk sebesar 1,5% serta balita pendek sebesar 3% (Data Puskesmas Candi, 2024).

Permasalahan gizi yang terjadi pada balita dapat memberikan berbagai dampak buruk terhadap perkembangan anak selanjutnya. Dampak jangka pendeknya dari masalah gizi pada balita diantaranya anak dapat mengalami gangguan perkembangan otak; gangguan tingkat kecerdasan; terganggunya pertumbuhan dan perkembangan fisik; serta terjadinya gangguan metabolisme tubuh. Selain dampak jangka pendek, terdapat dampak jangka panjang dari masalah gizi pada balita, diantaranya adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar; menurunnya imunitas tubuh, sehingga mudah menderita penyakit; mempunyai risiko tinggi untuk terjadinya beberapa penyakit seperti penyakit pembuluh darah dan jantung, diabetes mellitus, kegemukan, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia lanjut; serta kualitas kerja yang tidak optimal yang pada akhirnya akan berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi (Kemenkes RI, 2015).

Dari permasalahan masyarakat desa balonggabus menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi dari data yang kami dapatkan dari puskesmas candi sebagian besar balita dengan gizi kurang maka kami memberikan pendampingan ibu balita dalam inovasi pembuatan dan pemberian makanan

tambahan pada balita dengan bahan kearifan local. Potensi yang dimiliki dengan sebagian masyarakat yang menjual kupang maka kami mengembangkan ide-ide baru untuk membuat abon Kupang. Selain Kupang memiliki kandungan protein yang tinggi, Kupang merupakan salah satu hasil perikanan laut yang masuk dalam kelompok kerangkerangan. Kupang memiliki kandungan gizi yang cukup tinggi, khususnya kandungan protein. Komponen gizi yang terkandung dalam daging kupang meliputi kadar air 72,96%, kadar abu 3,80%, protein 9,05%, lemak 1,50%, dan karbohidrat 1,02% (Prayetno dan Susanto, 2001:15), kami juga ingin membantu warga sekitar untuk menjadi lebih produktif lagi dengan membuat inovasi nugget Kupang selain dapat mencegah gizi kurang dengan adanya inovasi ini diharapkan meningkatkan ekonomi desa Balonggabus.



Gambar 1. Pendampingan Ibu Balita Dalam Inovasi Pembuatan dan Pemberian Makanan Tambahan Pada Balita Dengan Bahan Kearifan Lokal di Desa balonggabus, Kec. Candi, Kab. Sidoarjo.



Gambar 2. Puskesmas Candi Kabupaten Sidoarjo

2. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat melalui pendampingan ibu balita dalam inovasi pembuatan dan pemberian makanan tambahan pada balita dengan bahan kearifan lokal di desa balonggabus. kegiatan dimulai tanggal 22 Agustus dan 26 agustus 2024. Sasaran dari kegiatan ini yaitu masyarakat desa yang dikhususkan pada balita. Kegiatan ini dilakukan beberapa tahapan yaitu :

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dalam program inovasi pembuatan nugget kupang untuk mencegah balita gizi kurang di desa balonggabus yaitu melalui koordinasi dengan bidan desa mengenai rencana kegiatan yang akan dilaksanakan, penetapan partisipan adalah balita dan ibu balita warga Balong Gabus, Kecamatan Candi, penyuluhan tentang manfaat Kupang terutama khasiatnya bagi kenaikan berat badan Balita, analisis bahan baku, penyusunan jadwal, pengadaan peralatan, pengaturan lokasi, persiapan promosi, identifikasi sumber dana, pembuatan produk nugget kupang. pelatihan pengolahan abon dan nuget kupang .

b. Tahap Pelaksanaan

Dalam tahap pelaksanaan program pendampingan ibu balita dalam inovasi pembuatan dan pemberian makanan tambahan pada balita dengan bahan kearifan lokal, program ini berjalan selama 1 bulan dengan penyajian menu dilakukan pada tanggal 20 Agustus 2024 disajikan menu nugget kupang dan abon kupang Penyajian tersebut dilakukan dengan sosialisasi edukasi manfaat kupang pada balita stunting dengan pendampingan kader, bidan desa, balita dan ibu balita, sebanyak 20 ibu dan balita antusias mengikuti inovasi ini.

c. Pengumpulan Data

Pengumpulan data untuk anak terindikasi stunting dan balita posyandu, mahasiswa menjalin komunikasi bersama bidan desa, kader

posyandu, kader PKK, dan berkerjasama dengan Bidan desa untuk berkoordinasi dalam pengumpulan data, sehingga dapat diketahui bahwa data anak terindikasi gizi kurang 4,6% di Desa balong gabus , Kecamatan candi, Kabupaten Sidoarjo. Salah satu kegiatan dilakukan bersamaan dengan kegiatan posyandu dengan cara melakukan memberikan sosialisasi pada orang tua.

3. HASIL

Masyarakat Desa Balonggabus sangat gembira menyambut program pendampingan ibu balita dalam inovasi pembuatan dan pemberian makanan tambahan pada balita dengan bahan kearifan lokal. Program ini tidak hanya meningkatkan ekonomi warga sekitar, tetapi juga memberikan manfaat besar untuk mencegah stunting pada anak.

Hasil inovasi yang diperoleh dari kegiatan ini meliputi:

a. Proses Pembuatan Abon Kupang

- 1) Bahan-bahan yang dibutuhkan: 1 kg kupang, 15 siung bawang merah, 6 siung bawang putih, 4 butir kemiri, 1/2 sdm ketumbar, 1/2 sdt jintan, 1/2 sdt merica, 2 ruas kunyit, 2 ruas jahe, 1 lengkuas, 2 batang serai, 2 lembar daun salam, 500 ml santan, 1 sdm gula merah, 1 sdt garam, dan 1/2 sdt penyedap rasa.
- 2) Cara membuat:
 - a) Haluskan semua bahan (bawang merah, bawang putih, kemiri, ketumbar, jintan, merica, kunyit, jahe).
 - b) Tumis bumbu halus hingga harum.
 - c) Masukkan kupang yang telah dibersihkan ke dalam wajan bersama bumbu tumis.
 - d) Tambahkan santan, daun salam, gula merah, garam, dan penyedap rasa.
 - e) Masak dengan api kecil hingga santan meresap dan abon menjadi kering.
 - f) Dinginkan abon dan simpan dalam wadah kedap udara.



Gambar 3. Foto: Abon Kupang

b. Proses Pembuatan Nugget Kupang

- 1) Bahan-bahan yang dibutuhkan: 100 gr kupang, 400 gr tempe, 3 butir telur, 150 gr wortel, 75 gr tepung terigu, 2 siung bawang putih, 3 siung bawang merah, 1/2 sdt garam, dan 200 gr tepung panir.
- 2) Cara membuat:
 - a) Kukus tempe hingga matang, kemudian hancurkan.
 - b) Cincang bawang merah dan bawang putih, lalu tumis hingga harum.
 - c) Campurkan bahan yang telah ditumis dengan kupang, tepung terigu, wortel, 2 butir telur, dan garam ke dalam adonan tempe. Aduk hingga merata.
 - d) Cetak adonan sesuai bentuk yang diinginkan, kemudian kukus selama 30 menit hingga matang.
 - e) Setelah matang, baluri adonan dengan tepung panir.
 - f) Goreng hingga berwarna kecoklatan.
- 3) Hasil penyajian: Dengan bahan ini, dapat dihasilkan 4-5 porsi nugget, tergantung pada ukuran cetakan.
- 4) Kandungan nutrisi: Tempe mengandung 157 kalori per 100 gram, dengan protein sebesar 12,7%, karbohidrat, dan lemak 4%. Tempe juga kaya akan vitamin B1 (0,17 mg) dan vitamin B12 (2,9 µg), rendah kolesterol, lemak jenuh, serta tinggi serat. Kandungan protein dalam tempe (19,5%) setara dengan protein pada daging (Fujiana et al., 2021).



Gambar 4. Foto: Nugget Kupang

- 5) Peningkatan Berat Badan Balita Program ini menunjukkan peningkatan berat badan pada balita setelah mengonsumsi inovasi makanan tambahan berbahan kupang. Kandungan protein dalam tempe dan kupang menjadi faktor utama yang mendukung tercukupinya kebutuhan nutrisi balita.

4. PEMBAHASAN

Hasil program menunjukkan bahwa inovasi dalam pengolahan bahan lokal seperti kupang mampu memberikan dampak positif pada status gizi balita di Desa Balonggabus. Kupang merupakan sumber protein tinggi yang bermanfaat untuk pertumbuhan anak. Menurut Prayitno dan Susanto (2001), kupang mengandung protein sebesar 9,05% dan nutrisi lainnya yang mendukung metabolisme tubuh.

Peningkatan berat badan balita setelah mengonsumsi makanan berbahan kupang menunjukkan bahwa kebutuhan protein terpenuhi. Protein adalah salah satu makronutrien penting yang berperan dalam pembentukan biomolekul, mendukung pertumbuhan sel, dan memperbaiki jaringan tubuh (Kemenkes RI, 2014). Selain itu, tempe sebagai bahan tambahan juga memberikan kontribusi nutrisi seperti vitamin B12, serat tinggi, dan rendah lemak jenuh.

Program ini juga berhasil meningkatkan partisipasi ibu balita dalam kegiatan posyandu. Sosialisasi tentang manfaat makanan tambahan yang berbahan lokal mampu memberikan edukasi kepada ibu-ibu balita untuk memperhatikan asupan gizi anak mereka, tidak hanya dari segi jumlah porsi tetapi juga kualitas makanan.

Dampak jangka panjang dari program ini adalah peningkatan kualitas hidup masyarakat melalui perbaikan status gizi balita, yang pada akhirnya berkontribusi pada penurunan prevalensi stunting di Desa Balonggabus. Hal ini sejalan dengan target pemerintah untuk menurunkan prevalensi stunting menjadi 14% pada tahun 2024 (Kemenkes RI, 2021).

Dengan keberhasilan ini, program inovasi berbahan lokal seperti abon dan nugget kupang dapat direplikasi di wilayah lain sebagai salah satu langkah strategis untuk menekan angka gizi kurang pada balita.

Masyarakat Desa Balonggabus sangat gembira menyambut ide pendampingan ibu balita dalam inovasi pembuatan dan pemberian makanan tambahan pada balita dengan bahan kearifan lokal ini karena selain dapat meningkatkan ekonomi warga sekitar dan memiliki manfaat besar untuk mencegah stunting anak. Dan dari hasil inovasi tersebut adalah satu-satu pencapaian yang memadukan aspek aspek kunci, mulai dari nutrisi hingga inovasi kuliner dan inovasi ibu dalam memberikan olahan memasak,

Peningkatan berat badan balita merupakan peningkatan berat badan dari berat badan sebelumnya, yang disebabkan karena tercukupinya kebutuhan protein yang terkandung dalam tempe kedelai. Berat badan adalah salah satu parameter yang memberikan gambaran massa tubuh. (Maryunani, 2016). Protein adalah salah satu makroprotein yang memiliki peranan penting dalam pembentukan biostruktur. Protein merupakan makroprotein yang menyusun lebih dari seiparuh bagian sel. Protein memiliki ukuran dan struktur sel, koimpoinein utama dari enzim yang biokatalisator berbagai reaksi metabolisme dalam tubuh (Keimeinkeis RI, 2014).



Gambar 5. Demo Cara Pembuatan Inovasi Abon Kupang



Gambar 6. Demo Cara Pembuatan Inovasi Abon Kupang

Dengan adanya program Pendampingan Ibu Balita dalam Inovasi Pembuatan dan Pemberian makanan tambahan Pada Balita dengan Bahan Kearifan Lokal, balita posyandu senang dan lahap saat diberikan inovasi tersebut, maka dari itu ibu harus memperhatikan kandungan pada makanan

,tidak hanya jumlah porsi makanan agar gizi balita terpenuhi.Status gizi pada anak sebagai salah satu toilak ukur dalam peinilaian keicukupan asupan gizi harian dan peinggunaan zat gizi untuk keibutuhan tubuh. jika asupan nutrisi anak teirpeinuhi dan dapat digunakan seoiptimal mungkin maka peirtumbuhan dan peirkeimbangan anak akan meinjadi oiptimal, dan seibaliknya apabila status gizi anak beirmasalah maka akan meimpeingaruhi peirtumbuhan dan peirkeimbangan anak hingga deiwasa (Keimeinkeis RI, 2017).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil produk dari program pendampingan ibu balita dalam inovasi pembuatan dan pemberian makanan tambahan pada balita dengan bahan kearifan lokal adalah suatu pencapaian yang memadukan aspek-aspek kunci, mulai dari nutrisi hingga inovasi kuliner. Produk ini menjadi pilihan unggulan yang bertujuan untuk mengatasi masalah bayi kurang gizi di Desa balonggabus, Kecamatan candi, Kabupaten Sidoarjo. Berikut adalah isi mengenai hasil produk dalam program ini yaitu abon kupang dan nuget kupang. Dengan adanya program ini yang disajikan diharapkan dapat memberikan dampak baik dalam mencegah atau memperbaiki kualitas status gizi pada balita kurang gizi di Desa balonggabus, Kecamatan candi, Kabupaten Sidoarjo.

DAFTAR PUSTAKA

- Beal, Ty, Alison Tumilowicz, Aang Sutrisna, Doddy Izwardy, dan Lynnette M. Neufeld. 2018. A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal & Child Nutrition* 14 (4): e12617
- De Onis, M., & Branca, F. (2016). Childhood stunting: A global perspective. *Maternal and Child Nutrition*, 7, 5-18.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2013). Laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013. Jakarta: Balitbangkes
- Fujiana, F., Pondaag, V. T., Afra, A., Evy, F., & Fadly, D. (2021). Potensi Pangan Fermentasi Tempe Dalam Mengatasi Kejadian Stunting di Indonesia. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 20–26. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.481> <https://doi.org/10.32883/rnj.v3i1.447>
- Irianti, B. (2018). Faktor-faktor yang Menyebabkan Status Gizi Kurang pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sail Pekanbaru Tahun 2016. *Midwifery Journal*, 3(2), 95-98. <https://doi.org/10.31764/mj.v3i2.478>
- Kemenkes RI, 2014. Profil Kesehatan Indonesia 2014. Kemenkes RI. Jakarta
- Kemenkes RI, 2017. Profil Kesehatan Indonesia 2017. Kemenkes RI. Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 215. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

- Maryunani A. (2016.) Pengenalan praktis MTBS (Manajemen Terpadu Balita Sakit) untuk paramedis. Jakarta: In Media;
- Masnah, C. & Saputri, I. M. (2020). Faktor Risiko Gizi Kurang pada Balita di Puskesmas Paal V Kota Jambi. *Riset Informasi Kesehatan*, 9(2), 107-114.
<https://doi.org/10.30644/rik.v9i2.451>
- Nirmalasari, N. O. (2020). Stunting Pada Anak : Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia. *Qawwam . Journal For Gender Mainstrening*
- Prayitno, S.dan Susanto, T. (2001). Kupang dan Produk Olahannya. Kanisius. Yogyakarta.
- Yanti, N. D., Betriana, F., & Kartika, I. R. (2020). Faktor Penyebab Stunting Pada Anak: Tinjauan Literatur. *REAL in Nursing Journal*, 3(1), 1.