

# PELATIHAN PENGOLAHAN BAHAN PANGAN BERNUTRISI UNTUK MENCEGAH *STUNTING* BAGI IBU-IBU PKK DAN KADER KESEHATAN

<sup>1</sup>Siti Mas'ula, <sup>2</sup>Putri Djamilah Wahidah, <sup>3</sup>Eric Dwi Ilham

Universitas Negeri Malang

\*e-mail: [siti.masula.fip@um.ac.id](mailto:siti.masula.fip@um.ac.id)

**Abstrak:** Program “Pelatihan Pengolahan Bahan Pangan Bernutrisi Untuk Mencegah Stunting” merupakan salah satu program kerja Kegiatan Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Malang di Desa Jambuwer. Kegiatan ini dilatarbelakangi oleh angka Stunting yang tinggi, yang mana disamping itu diketahui ternyata banyak potensi desa yang dapat dimanfaatkan untuk mencegah terjadinya Stunting. Potensi tersebut diantaranya yaitu sumber daya alam baik nabati ataupun hewani yang melimpah yang dapat digunakan sebagai sumber bahan pangan bergizi, serta sumber daya manusia yang mencukupi yaitu adanya ibu-ibu penggerak PKK dan juga Kader Kesehatan Posyandu Balita yang aktif. Kedua potensi tersebut dapat dikelola dan dikembangkan untuk mencapai tujuan program yaitu mencegah dan mengendalikan angka Stunting di Desa Jambuwer. Pengembangan dari sumber daya alam tersebut kami rangkai dalam kegiatan pengolahan ikan lele dan daun kelor menjadi nugget sebagai olahan yang bernutrisi dengan metode Cooking Show, sedangkan untuk pengembangan dari segi sumber daya manusia terutama jika dikaitkan dengan kejadian Stunting di Desa Jambuwer yang berkenaan dengan kapasitas Kader Kesehatan Posyandu Balita adalah dengan memberikan demo pengukuran berat dan tinggi badan pada balita dengan benar. Lalu target khusus dari program ini, yaitu harapannya ilmu yang telah diberikan dapat disebarluaskan kepada masyarakat Desa Jambuwer melalui sambung lidah antar masyarakat.

**Kata Kunci:** Bahan Pangan, Bernutrisi, Pelatihan, Pengolahan, Stunting

**Abstract:** The “Training for Processing Nutritious Foods to Prevent Stunting” is one of the program activities of the Universitas Negeri in Jambuwer Village. This activity is motivated by a high Stunting rate, which in addition turns out to be a lot of village potential that can be utilized to prevent Stunting. These potentials include abundant natural resources, both vegetable and animal, that can be used as a source of nutritious food, as well as sufficient human resources, namely the presence of mothers who move PKK and also active Toddler Posyandu Health Cadres. Both of these potentials can be managed and developed to achieve the program objectives, namely preventing and controlling Stunting in Jambuwer Village. The development of these natural resources is arranged in the activity of Catfish and Moringa leaves into nuggets as nutritious preparations with the Cooking Show, while for the development in terms of human resources, especially if there is a Stunting incident in Jambuwer Village, which is because the low capacity of Posyandu Cadre for Toddler Health demonstration of measuring weight and height in toddlers correctly. Then the specific target of this program,

namely the hope that the knowledge that has been given can be spread to the people of Jambuwer Village through mouth to mouth between communities.

**Keywords:** Foodstuffs, Nutritious, Training, Processing, Stunting

## PENDAHULUAN

Desa merupakan satu kesatuan masyarakat hukum yang memiliki batas wilayah tertentu dan memiliki kewenangan untuk mengatur dan mengurus kepentingan masyarakat dan pemerintahan berdasarkan peraturan negara dan peraturan setempat atau berdasarkan prakarsa dari masyarakat. Menurut Sihombing et al (2020) Pengelolaan desa dengan melibatkan masyarakat sebagai pelaksana upaya pengembangan desa dalam berbagai sektor merupakan salah satu metode yang mulai banyak diterapkan di Indonesia. Pelibatan masyarakat biasanya disebut Pemberdayaan Masyarakat. Sesuai dengan Undang-Undang tentang Desa Nomor 6 Tahun 2014 pada butir ke 12 yang menyebutkan bahwa upaya pemberdayaan masyarakat merupakan upaya mengembangkan kemandirian dan kesejahteraan masyarakat dengan cara meningkatkan pengetahuan, sikap, keterampilan, perilaku, serta pemanfaatan sumber daya melalui program, kegiatan, penetapan kebijakan, dan pendampingan sesuai dengan masalah yang dihadapi oleh masyarakat desa (Endah, 2020).

Desa Jambuwer, Kecamatan Kromengan, Kabupaten Malang merupakan salah satu rintisan Desa Wisata yang memiliki potensi sumber daya alam yang beragam dan melimpah. Menurut Zakaria & Suprihardjo (2014) Desa Wisata sendiri merupakan sebuah kawasan pedesaan yang memiliki karakteristik khusus untuk menjadi tujuan berwisata. Menjadi salah satu tujuan wisata menjadikan pendapatan masyarakat Desa Jambuwer menjadi meningkat karena banyaknya wisatawan yang berkunjung. Pendapatan yang meningkat tersebut dapat mendorong kesejahteraan masyarakat desa. Walaupun begitu dalam menjalankan kehidupan sehari-hari masyarakat juga harus terpenuhi hak dasar hidupnya, salah satunya adalah memiliki derajat kesehatan yang baik. Beberapa tahun belakangan, selain masalah COVID-19, *Stunting* juga menjadi masalah kesehatan yang menjadi fokus pemerintah desa dan kecamatan. Upaya-upaya diskusi bersama atau "REMBUG" banyak dilakukan untuk memecahkan masalah *Stunting*, selain upaya tersebut upaya pemberdayaan kepada masyarakat juga dilakukan melalui beberapa wadah seperti PKK dan Kader Posyandu. Upaya tersebut dilakukan guna mencegah dan menanggulangi adanya kondisi *Stunting*.

Potensi di Desa Jambuwer yang sangat beragam dapat dikembangkan dan diolah untuk melakukan upaya-upaya pencegahan dan pengendalian *Stunting*. Desa Jambuwer diketahui memiliki potensi sumber daya alam dan manusia yang

mumpuni. Sumber daya alam diantaranya terdiri atas nabati dan hewani, dari kelompok nabati sendiri di Desa Jambuwer banyak sekali tumbuh-tumbuhan yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan pangan yang bergizi, selain itu dari kelompok hewani diketahui di Desa Jambuwer terdapat banyak sekali jenis ikan seperti lele, mujair, chana, dan lain-lain (baik budidaya ataupun liar) yang mana dapat menjadi salah satu sumber protein yang baik untuk mencegah kekurangan gizi. Selanjutnya dari segi sumber daya manusia, Desa Jambuwer memiliki berbagai organisasi aktif seperti PKK dan Kader Kesehatan yang dapat digerakkan untuk secara aktif melakukan monitoring terhadap status gizi masyarakat Desa Jambuwer.

Melihat berbagai potensi tersebut program “Pelatihan Pengolahan Bahan Pangan Bernutrisi Untuk Mencegah *Stunting* Bagi Ibu-Ibu PKK Dan Kader Kesehatan Posyandu Balita Desa Jambuwer, Kecamatan Kromengan, Kabupaten Malang” merupakan salah satu program yang sesuai dengan kebutuhan dan potensi yang dimiliki desa. Dengan adanya tambahan berupa pelatihan pengukuran berat dan tinggi badan, program ini dirasa telah sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh Desa Jambuwer. Program ini dianggap penting karena menjadi salah satu sarana untuk ikut mengkampanyekan bahan pangan lokal untuk pemenuhan kebutuhan gizi dan sebagai sarana untuk merefresh kembali pemahaman peserta terkait pengukuran tinggi dan berat badan yang benar pada balita. Adanya program pelatihan ini juga membantu Pemerintahan Desa, Puskesmas, dan Bidan Desa untuk mengadakan pelatihan pencegahan *Stunting* kepada para kader baik PKK ataupun Kader Kesehatan.

## METODE

Metode pelaksanaan kegiatan “Pelatihan Pengolahan Bahan Pangan Bernutrisi Untuk Mencegah *Stunting* Bagi Ibu-Ibu PKK Dan Kader Kesehatan Posyandu Balita Desa Jambuwer, Kecamatan Kromengan, Kabupaten Malang” adalah ceramah dan demo. Kegiatan ini diselenggarakan di Balai Desa Jambuwer, dengan jumlah peserta 14 orang. Berikut merupakan alur pelaksanaan kegiatan. **Tahap Persiapan**, meliputi:

1. Melakukan survey lapangan kepada pemerintahan Desa Jambuwer yaitu dengan mewawancarai Bapak Winardi selaku penanggung jawab masalah *Stunting* di Desa Jambuwer yang kemudian diarahkan untuk berkoordinasi dengan Bapak Bambang dan Bu Andin selaku tenaga kesehatan di Desa Jambuwer.
2. Melakukan koordinasi dan konsultasi terkait dengan sasaran pelatihan kepada (Ibu Gerry) selaku koordinator TP PKK dan (Ibu Andina Marieza Rozani S.Tr.) Keb selaku bidan desa.

3. Melakukan koordinasi dengan Puskesmas Kromengan (menemu Kepala Puskesmas) untuk permohonan pembicara.

### **Tahap Pelaksanaan**

Melaksanakan rencana program “Pelatihan Pengolahan Bahan Pangan Bernutrisi Untuk Mencegah *Stunting* Bagi Ibu-Ibu PKK Dan Kader Kesehatan Posyandu Balita Desa Jambuwer, Kecamatan Kromengan, Kabupaten Malang”. Kegiatan terdiri atas dua sesi, sesi pertama yaitu sosialisasi terkait *Stunting* dan demo pengukuran berat dan tinggi badan pada balita oleh pemateri 1 yaitu Ibu Syavira Maulida Yulianingtyas Amd.Gz, sedangkan sesi dua adalah *Cooking Show* pengolahan lele dan daun kelor menjadi *nugget* oleh pemateri 2 yaitu saudara Eric Dwi Ilham.

### **Tahap Evaluasi dan Pelaporan**

Tahap Kelima adalah evaluasi pelaksanaan dan implementasi rencana program yang diikuti oleh seluruh panitia dan pelaporan hasil kegiatan yang terdiri atas laporan menyeluruh Kegiatan Pengabdian Masyarakat dan laporan berbasis program.

## **HASIL & PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang mengangkat judul “Pelatihan Pengolahan Bahan Pangan Bernutrisi Untuk Mencegah *Stunting* Bagi Ibu-Ibu PKK Dan Kader Kesehatan Posyandu Balita Desa Jambuwer, Kecamatan Kromengan, Kabupaten Malang” tersebut direncanakan dan dilaksanakan dengan melalui beberapa tahapan, Kegiatan pelatihan ini dilakukan guna mencegah dan mengendalikan kondisi *Stunting* di Desa Jambuwer. Pemecahan masalah dari angka *Stunting* yang tinggi di Desa Jambuwer beberapa tahun belakangan ini dilakukan dengan melakukan observasi kepada beberapa narasumber. Dari hasil observasi tersebut diketahui bahwasannya Desa Jambuwer memiliki sumber daya alam dan manusia yang mumpuni untuk melakukan upaya-upaya pencegahan terhadap kondisi *Stunting*.

Program yang direncanakan merupakan upaya pemberdayaan masyarakat yang dilakukan dengan memanfaatkan bahan pangan lokal (Ikan Lele dan Daun Kelor) dan juga sumber daya dari perkumpulan yang aktif di Desa Jambuwer yaitu PKK dan Kader Kesehatan. Menurut Restuastuti et al (2017) salah satu metode pemberdayaan masyarakat adalah melalui pelatihan yang mana dapat meningkatkan kompetensi sasaran baik dari dua aspek sekaligus yaitu dari segi pengetahuan maupun keterampilan. Menurut Kemenkes RI Tahun 2013 dalam Restuastuti et al (2017) diketahui bahwasannya strategi pelaksanaan

pemberdayaan adalah harus berdasarkan pemanfaatan potensi desa dan juga berbasis kearifan lokal, sehingga memang tepat sekali. Program ini juga sangat penting untuk dilakukan sejalan dengan temuan dari Megawati & Wiramihardja dalam Mediani et al (2020) yang menjelaskan bahwasanya dengan diadakannya pelatihan maka kapasitas kader akan lebih meningkat.

Hasil observasi tersebut kami lanjutkan dengan tahap koordinasi dengan berbagai pihak seperti Pemerintahan Desa Jambuwer, Puskesmas Kromengan, Bidan Desa, dan Koordinator TP PKK guna menemukan satu titik temu untuk menyelenggarakan kegiatan pelatihan tersebut. Koordinasi tersebut juga memberikan catatan tambahan kepada kami terkait dengan beberapa akar permasalahan dari tingginya angka *Stunting* di Desa Jambuwer beberapa tahun belakangan. Lantemona et al (2017) menyatakan proses koordinasi dilakukan guna terselenggaranya kegiatan pelatihan yang tertib, teratur, lancar dan dapat mencapai tujuan secara efektif dan efisien.



**Gambar 1.** Pemaparan Materi Pencegahan *Stunting* & Praktik Pengukuran Berat dan Tinggi Badan Balita Oleh Pemateri 1

Sumber: Dokumentasi Tim Kegiatan Pengabdian Masyarakat UM Desa Jambuwer 2021

Kegiatan pelatihan ini terdiri atas dua sesi, sesi pertama merupakan sesi yang pertama adalah penyuluhan pencegahan *Stunting* dan praktik pengukuran tinggi dan berat badan balita oleh Ibu Syavira Maulida Yulianingtyas Amd.Gz. selaku ahli gizi, Pada Sesi ini untuk sosialisasi pencegahan *Stunting* dilaksanakan dengan cara ceramah. Sedangkan praktik pengukuran berat dan tinggi badan balita dilakukan dengan cara demo menggunakan media bantu berupa *Stature Meter Baby* (kayu), Infantometer, Dacin, dan timbangan bayi manual.

Menurut Adriansyah et al (2020) Pengukuran berat dan tinggi badan balita ini merupakan salah indikator untuk mengetahui status gizi balita. Hal tersebut dikarenakan kekurangan zat gizi dalam waktu yang lama dapat meningkatkan penurunan berat badan, penurunan berat badan akan menyebabkan terhambatnya proses pertumbuhan tinggi badan, oleh karena itu guna mengetahui dan mencegah status gizi yang buruk maka perlu adanya pengukuran berat dan tinggi badan (pertumbuhan) yang disesuaikan dengan usia balita. Menurut A. Fitriani & Purwaningtyas (2020) Pengukuran berat badan dan tinggi badan pada balita sangat penting untuk dilakukan secara benar, hal tersebut dikarenakan selain bermanfaat bagi ibu untuk mengetahui status gizi balitanya tetapi hasil pengukuran tersebut juga akan dilaporkan dalam Pelaporan Terpadu Puskesmas melalui Posyandu. Hasil pelaporan tersebut akan menjadi dasar bagi pemerintah dalam menentukan kebijakan. Sesi 1 dapat diselesaikan dengan baik dengan diakhiri oleh sesi pembagian hadiah bagi peserta yang telah aktif dan dapat mempraktikkan cara pengukuran berat dan tinggi badan balita dengan benar.



**Gambar 2.** *Cooking Show* Pembuatan *Nugget* Ikan Lele Daun Kelor oleh Pemateri 2

*Sumber: Dokumentasi Tim Kegiatan Pengabdian Masyarakat UM Desa Jambuwer 2021*

Kemudian dilanjutkan pada sesi kedua yaitu *cooking show* yang dipandu oleh saudara Eric Dwi Ilham selaku Mahasiswa Pendidikan Tata Boga Universitas Negeri Malang. Pada sesi *Cooking Show* tersebut pemateri mendemonstrasikan cara mengolah masakan *Nugget* dari Ikan Lele dan Daun Kelor yang merupakan bahan pangan yang mudah didapat di Desa Jambuwer. Olahan *Nugget* sendiri menurut F. Fitriani et al (2019) merupakan salah satu cara pengolahan Ikan Lele

yang dapat menarik nafsu makan anak. Konsumsi ikan pada anak sangat penting untuk pertumbuhan anak karena kandungan DHA pada ikan baik untuk perkembangan otak anak. Sedangkan penambahan daun kelor pada olahan *Nugget* merupakan salah satu terobosan untuk menambahkan zat gizi. Tanaman Kelor diketahui memiliki kandungan nutrisi fitokimia terbaik pada bagian daun. Daun Kelor sendiri diketahui memiliki kandungan vitamin C dan E, serta mineral magnesium dan kalsium yang tinggi. Suhaemi et al (2021) menyatakan sejauh ini daun kelor memang banyak dimanfaatkan sebagai bahan percobaan didalam menangani masalah malnutrisi salah satunya untuk memperlancar ASI. Oleh karena itu, penggunaan *Nugget* Ikan Lele dan Daun Kelor ini sangat bermanfaat untuk memenuhi kebutuhan zat gizi.

Proses pengolahan Ikan Lele dan Daun Kelor menjadi *Nugget* ini melibatkan peserta untuk ikut melihat secara langsung tips-tips mengolah bahan pangan tersebut dengan baik dan benar seperti cara memfilet ikan lele dengan benar. Peserta yang berkenan juga dipersilahkan untuk ikut serta memasak dengan pemateri 2 dan diperbolehkan membawa pulang hasil olahan. Acara dapat berjalan dengan lancar atas antusias para peserta yang secara aktif bertanya kepada para pemateri.

## SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Negeri Malang pada Desa Jambuwer dengan program kerja pelatihan pengolahan bahan pangan bernutrisi pada ibu PKK dan kader kesehatan Desa Jambuwer sebagai upaya pencegahan *Stunting*. diharapkan melalui kegiatan ini, peserta dapat memperoleh manfaat dari pelatihan dan penyuluhan yang telah diselenggarakan, untuk kemajuan Desa Jambuwer serta meningkatkan pengetahuan dan keilmuan masyarakat sehingga visi untuk mensejahterakan masyarakat desa dalam aspek kesehatan dapat terwujud dengan baik, diharapkan masyarakat memperoleh manfaat edukasi dan pelatihan dari penyuluhan dan pencegahan *Stunting* untuk anak usia dini dan pelatihan pembuatan *Nugget* Ikan Lele dan Daun Kelor dapat berguna untuk masyarakat Desa Jambuwer secara umum. Adapun beberapa rekomendasi yang diberikan sebagai kritik dan saran yang memotivasi serta membangun untuk program kerja pengabdian kepada masyarakat yang sejenis untuk lebih fokus dalam menggali dan mendapatkan informasi terkait data statistik *Stunting* atau kekurangan gizi bagi balita dan anak-anak yang berada di Desa Jambuwer, Kecamatan Kromengan, Kabupaten Malang.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Atas terlaksananya program pengabdian ini kami ucapkan terima kasih kepada:

1. LP2M (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat) Universitas Negeri Malang yang telah memberikan kesempatan untuk mengadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan kesempatan untuk menyelesaikan jurnal pengabdian ini.
2. Bapak Tuwuhadi selaku Kepala Desa Jambuwer yang telah mengizinkan kami untuk mengadakan kegiatan pelatihan ini di Desa Jambuwer.
3. Puskesmas Kromengan yang diwakili Ibu Syavira Maulida Yulianingtyas Amd.Gz selaku ahli gizi dari Puskesmas Kromengan yang telah memaparkan materi terkait *Stunting* dan juga memberikan pelatihan pengukuran berat dan tinggi badan balita.
4. Ibu Andina Marieza Rozani S.Tr. Keb selaku Bidan Desa yang telah membantu mengkoordinasikan kader kesehatan Posyandu Balita untuk ikut serta dalam kegiatan pelatihan ini
5. Ibu Suratmi Selaku Ketua TP PKK Desa Jambuwer yang telah membantu mengkoordinasikan anggota PKK Desa Jambuwer untuk ikut serta dalam kegiatan pelatihan ini.

### DAFTAR RUJUKAN

- Adriansyah, A. A., Firdausi, N. J., Yuliani, K., & Sa'adah, N. (2020). Edukasi Cara Pengukuran Berat Badan Dan Tinggi Badan Dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Bayi Dan Balita. *Journal of Community Engagement and Employment*, 2(1), 1–8. <https://core.ac.uk/download/pdf/322576805.pdf>
- Endah, K. (2020). Pemberdayaan Masyarakat : Menggali Potensi Lokal Desa. *MODERAT: Jurnal Ilmiah Ilmu Pemerintahan*, 6(1), 135–143.
- Fitriani, A., & Purwaningtyas, D. R. (2020). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu dalam Pengukuran Antropometri di Kelurahan Cilandak Barat Jakarta Selatan. *Jurnal SOLMA*, 9(2), 367–378. <https://doi.org/10.22236/solma.v9i2.4087>
- Fitriani, F., Imaniska, U., Faustiari, I. L., & Mudjihartik, E. (2019). Pelatihan Pengolahan Nugget Lele Bagi Masyarakat Desa Gelang Sidoarjo. *Jurnal Abadimas Adi Buana*, 3(1), 17–20. <https://doi.org/10.36456/abadimas.v3.i1.a1922>
- Lantemona, G. H., Mantiri, M., & Kasenda, V. (2017). Fungsi Koordinasi Camat Dalam Kegiatan Pemberdayaan Masyarakat Desa Di Kecamatan Modayag. *EKSEKUTIF: Jurnal Jurusan Ilmu Pemerintahan*, 2(2).
- Mediani, H. S., Nurhidayah, I., & Lukman, M. (2020). Pemberdayaan Kader Kesehatan tentang Pencegahan *Stunting* pada Balita. *Media Karya Kesehatan*,

3(1), 82–90.

- Restuastuti, T., Zahtamal, Chandra, F., & Restila, R. (2017). Analisis Pemberdayaan Masyarakat di Bidang Kesehatan. *Jurnal Kesehatan Melayu*, 1(1), 14–19. <https://doi.org/https://doi.org/10.26891/jkm.v1i1.2017.14-19>
- Sihombing, VolvoGomal, Yanris, & Juni. (2020). Penerapan Aplikasi Dalam Mengolah Aset Desa (Studi Kasus : Kepenghuluan Sri Kayangan). *Menatik Penusa*, 4(1), 12–15. <http://e-jurnal.pelitanusantara.ac.id/index.php/mantik/article/view/712>
- Suhaemi, Z., Husmaini, Yerizal, E., & Yessirita, N. (2021). Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa oleifera*) dalam Fortifikasi Pembuatan Nugget. *Jurnal Ilmu Produksi Dan Teknologi Hasil Peternakan*, 9(1), 49–54. <https://doi.org/10.29244/jipthp.9.1.49-54>
- Zakaria, F., & Suprihardjo, D. (2014). Konsep Pengembangan Kawasan Desa Wisata di Desa Bandungan Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan. *TEKNIK POMITS*, 3(2), C245–C249. <https://doi.org/2337-3520>