

PENYULUHAN DIVERSIFIKASI NUTRISI PRODUK SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU HAMIL

Mochamad Fathurohman¹, Melinda Putri Ramadhani², Priya Auliyaa Lucky³,
Rio Anggi Setaiawan⁴, Shara Liviany Mustika⁵, Shofiatunnisa Husna Azzahra⁶
^{1,2,3,4,5,6}Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Bakti Tunas Husada Tasikmalaya, Indonesia
mfathurohman@universitas-bth.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Tujuan penyuluhan dengan konsep pengabdian kepada masyarakat ini untuk memberikan informasi mengenai peningkatan nutrisi pada dengan konsep diversifikasi produk dalam upaya mencegah stunting dengan sasaran khusus pada ibu hamil dan umum pada masyarakat luas. Hasil produk yang dihasilkan yaitu olahan makanan kudapan dengan kandungan protein hewani yang sangat tinggi yaitu pudding telur. Metode kegiatan dalam bentuk sosialisasi dan penyuluhan dengan cara diskusi dan pembagian produk. Sasaran kepada masyarakat terutama ibu hamil dan Masyarakat umum yang hadir berjumlah 22 orang. Untuk mengetahui pemahaman pentingnya asupan nutrisi seimbang pada peserta dilakukan evaluasi dalam bentuk kuisioner serta tanya jawab terkait materi yang disampaikan. Hasil yang telah dicapai bahwa peserta dapat memahami pentingnya pengetahuan terkait nutrisi seimbang dalam konsep preventif suatu penyakit dan contoh produk diversifikasinya dengan presentase rata-rata 94%, serta diharapkan dapat menerapkan dengan konsisten dalam pemenuhan gizi seimbang dalam pencegahan stunting.

Kata Kunci: Diversifikasi Produk; Nutrisi; Preventif; Stunting.

Abstract: The purpose of counseling with the concept of community service is to provide information on improving nutrition with the concept of product diversification in an effort to prevent stunting with special targets for pregnant women and the general public. The resulting product is processed snack food with a very high animal protein content, namely egg pudding. The method of activity is in the form of socialization and education by means of discussion and product distribution. The target audience, especially pregnant women and the general public, totaled 22 people. To determine the understanding of the importance of balanced nutritional intake in participants, an evaluation was carried out in the form of questionnaires and questions and answers related to the material presented. The results that have been achieved are that participants can understand the importance of knowledge related to balanced nutrition in the concept of preventing a disease and examples of diversification products with an average percentage of 94%, and are expected to apply consistently in fulfilling balanced nutrition in preventing stunting.

Keywords: Product Diversification; Nutrition; Prevention; Stunting.



Article History:

Received: 29-07-2024

Revised : 06-09-2024

Accepted: 09-09-2024

Online : 01-10-2024



This is an open access article under the
[CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

A. LATAR BELAKANG

Stunting merupakan kondisi pada anak dengan gagal tumbuh atau terlambat bertumbuh karena kekurangan gizi kronis yang dimulai sejak dalam kandungan ibu selama 1000 hari pertama kehidupan hingga usia 23 bulan (baduta) (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018). Penyebab dari stunting adalah pola asuh yang kurang baik, pelayanan antenatal care yang kurang kepada ibu, hambatan akses rumah tangga untuk makanan yang bergizi, hambatan akses terhadap air bersih dan sanitasi, serta penyakit infeksi yang diderita oleh anak. Selain itu masih terdapat penyebab dari faktor sosial, ekonomi, budaya, dan politik (Yuwanti *et al.*, 2021). Kondisi stunting bersifat tidak dapat kembali sehingga upaya signifikan yang dapat dilakukan untuk mencegah kekurangan gizi adalah dengan pencegahan stunting (World Health Organization, 2014).

Stunting tetap jadi masalah Kesehatan Masyarakat yang utama dan prevalensinya tetap tinggi. Pada dasarnya, penyebab stunting terbagi menjadi penyebab fundamental, penyebab utama, dan penyebab langsung. Penyebab langsung stunting terdiri atas makanan yang tidak memadai, kesehatan, dan infeksi (Tauhidah, 2020). Kejadian stunting sangat erat hubungannya dengan masalah gizi dan dapat ditemui di beberapa wilayah di Indonesia, hanya sebagian kecil yang memandangnya sebagai fenomena sosial. Sebagian lain masih menganggap hal ini sebagai fenomena kesehatan semata (Paramashanti *et al.*, 2016). Faktor risiko stunting antara lain kondisi sosial ekonomi, kesehatan ibu, status gizi, dan dampak pada pertumbuhan dan perkembangan janin serta perlu diperhatikan sejak bayi masih dalam kandungan. Malnutrisi pada awal kehidupan menyebabkan retardasi pertumbuhan janin (PJT), berat badan lahir rendah (BBLR), kecil, pendek, lemah, badan lemah dan kemungkinan meninggal di kemudian hari (Alfarisi *et al.*, 2019). Adapun cara yang dapat dilakukan untuk mencegah kejadian stunting yaitu melalui pemberian suplemen mikronutrien berupa vitamin dan mineral yang tidak hanya ditujukan bagi ibu hamil ataupun balita saja, tetapi juga untuk wanita usia subur serta remaja putri sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini (Adriani *et al.*, 2022). Nutrisi yang baik sangat penting pada masa pubertas yang disebut sebagai jendela kedua setelah jendela pertama dalam 1000 hari pertama kehidupan (Fathurohman *et al.*, 2023). Ini merupakan salah satu cara untuk mengatasi kekurangan gizi dan stunting pada masa kehamilan atau bahkan pada masa kanak-kanak dengan mengupayakan pertumbuhan untuk mencegah stunting permanent (Ismayanty *et al.*, 2022). Kesehatan Masyarakat yang berkaitan dengan nutrisi tergantung pada kualitas makanan yang dikonsumsi. Kualitas makanan menggambarkan semua nutrisi yang dibutuhkan tubuh untuk mengatur jumlah makanan yang dikonsumsi dan keseimbangan makanan di atas piring. Semakin bervariasi dan seimbang jenis dan kandungan makanan yang dimakan, maka semakin tinggi kualitas makanan tersebut, karena pada kenyataannya tidak ada nilai gizi yang sempurna atau

jumlah dan jenis makanan yang baik. Beberapa kajian tentang keragaman pangan dan stunting mengatakan bahwa ada hubungan antara keragaman konsumsi pangan dengan stunting pada balita usia 6-24 bulan. Kurangnya asupan nutrisi ini mencegah pertumbuhan dan pemicu adanya malnutrisi, yang meningkatkan risiko stunting terjadi (Uluf *et al.*, 2023).

Suplemen merupakan produk yang mengandung satu atau lebih vitamin, mineral, asam amino, asam lemak dan serat. Suplemen bukan pengganti makanan sepenuhnya tetapi kita tetap perlu mengonsumsi berbagai macam makanan sehat untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Suplemen tidak seperti obat, suplemen tidak ditujukan untuk mengatasi, mendiagnosis, mencegah atau menyembuhkan penyakit. Bahkan, beberapa suplemen mengandung bahan aktif yang memiliki efek biologik dalam tubuh sehingga dapat membahayakan jika tidak digunakan secara tepat. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam memilih dan menggunakan suplemen atau vitamin pertama adalah memastikan apakah memang benar-benar perlu mengonsumsi atau membutuhkan suplemen (Lidia *et al.*, 2020).

Pangan fungsional adalah olahan pangan dalam bentuk apapun apabila disajikan dalam posisi yang tepat dan mampu memberikan manfaat kesehatan disebut sebagai pangan fungsional. Pangan fungsional adalah makanan yang bermanfaat untuk kesehatan di luar zat gizi dan nutrisi yang tersedia. Contoh pangan fungsional adalah telur, susu, daging-dagingan dan lain-lain (Kusumayanti *et al.*, 2016). Jenis makanan untuk stunting merupakan makanan yang tinggi protein yang terdapat pada hewani dan nabati (Ernawati, 2016). Protein dapat mencegah stunting karena bersumber dari protein hewani yang memiliki asam amino esensial yang tinggi selain itu juga dapat meningkatkan penyerapan mineral seperti seng dan besi, dimana seng dan besi merupakan zat gizi yang dapat mempengaruhi pertumbuhan (Kusudaryati, 2014). Salah satunya contoh makanan hewani yaitu telur. Telur merupakan bahan pangan sempurna, karena mengandung zat gizi yang dibutuhkan untuk makhluk hidup seperti protein, lemak, vitamin dan mineral dalam jumlah cukup (Maherawati *et al.*, 2023). Telur mengandung protein bermutu tinggi karena mengandung susunan asam amino esensial lengkap sehingga telur dijadikan patokan dalam menentukan mutu protein berbagai bahan pangan (Ramadhani *et al.*, 2019).

Menurut data hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI), angka stunting di Kabupaten Tasikmalaya pada tahun 2023 sebesar 20,7%. Target nasional pada tahun 2024 prevalensi stunting harus mencapai < 14%. Pada tahun 2023 Kementerian Kesehatan meluncurkan Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal dalam upaya mencegah stunting pada anak. Abdimas ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku nutrisi yang dilakukan pada ibu hamil dalam mencegah stunting, untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam mencegah terjadinya stunting, dan agar Masyarakat dapat memodifikasi makanan sehat yang akan tinggi

protein yaitu telur menjadi olahan pudding di Desa Tanjungbarang Kecamatan Cikatomas Tasikmalaya, Kabupaten Tasikmalaya.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam memberikan informasi mengenai nutrisi dalam upaya mencegah stunting pada ibu hamil dengan pengenalan pengolahan makanan sehat. Metode pelaksanaan ini berupa penyuluhan berbasis edukasi dan pengenalan inovasi produk Sasaran ibu hamil di posyandu Desa Tanjungbarang, kampung Mekarjaya, Kecamatan Cikatomas, Kabupaten Tasikmalaya, Jawa Barat dengan jumlah peserta 22 orang, seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Uraian Kegiatan Penyuluhan dan Modifikasi

Kegiatan	Pembicara
Pembukaan	Shara Liviany Mustika
Pemaparan materi Stunting	Melinda Putri Ramadhani
Pemaparan materi nutrisi	Priya Auliyaa Lucky
Demonstrasi Produk	Rio Anggi Setiawan
Diskusi dan Kuisisioner	Shofiatunnisa Husna Azzahra
Penutup	Shara Liviany Mustika

Evaluasi saat kegiatan dilihat saat diskusi tanya jawab dan kuisisioner, sejauh mana informasi bisa diterima oleh peserta, serta setelah pasca kegiatan, apakah peserta dapat mencoba mengaplikasikan dalam produk inovasi lainnya.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Lokasi Pengabdian Kepada Masyarakat

Pengabdian Masyarakat dilakukan oleh prodi Farmasi Universitas Bakti Tunas Husada melalui penyuluhan dengan materi nutrisi untuk ibu hamil dengan modifikasi telur menjadi olahan pudding sebagai upaya pencegahan stunting dengan target sasaran ibu hamil yang dilakukan di Posyandu Cempaka Mekarjaya, Dusun Mekarjaya, Desa Tanjungbarang, Kecamatan Cikatomas, Kabupaten Tasikmalaya, Jawa Barat dengan jumlah 4 peserta. Tempat lokasi pengabdian Masyarakat dapat dilihat pada gambar 1 berikut.

2. Metoda PKM

Metoda yang dipakai dalam penyuluhan pengabdian Masyarakat antara lain: (1) Melakukan pengisian pretest terlebih dahulu agar mengetahui seberapa jauh mengerti materi yang akan dipaparkan; (2) Presentasi dengan cara memaparkan dan menjelaskan tentang nutrisi, stunting beserta contoh produk modifikasinya; (3) Diskusi, dengan cara tanya jawab bagi peserta yang belum paham atas pemaparan yang dijelaskan; (4) Melakukan posttest agar mengetahui seberapa jauh materi yang telah dipaparkan; dan (5) Memberikan salah satu produk secara langsung kepada peserta. Dalam

pengabdian Masyarakat yang dilakukan, peserta sangat antusias dan cukup aktif diskusi dalam mengikuti semua pemaparan dan penjelasan dalam penyuluhan yang telah dilakukan. Kondisi saat pemaparan materi, diskusi dan pembagian kuisioner seperti pada Gambar 2 berikut.



Gambar 2. Peserta Kegiatan PKM

Beberapa point-point materi yang dijelaskan dalam pengabdian Masyarakat adalah:

- a. Pangan fungsional.
- b. Suplemen.
- c. Mikronutrien essensial untuk pencegahan stunting.
- d. Hal-hal yang penting dilakukan pada ibu hamil.
- e. ASI eksklusif.
- f. Nutrisi untuk ibu hamil dan menyusui.
- g. Manfaat ASI eksklusif.
- h. Contoh modifikasi produk.

Tabel 2. Konsep Pangan Fungsional

No	Pangan Fungsional (perka BPOM RI No. HK 00.05.52.0685 th 2005)
1	Pangan olahan yang mengandung satu/lebih komponen fungsional yang berdasarkan kajian ilmiah mempunyai fungsi fisiologis tertentu, tidak membahayakan, dan bermanfaat bagi Kesehatan.
2	Disajikan dan dikonsumsi sebagaimana layaknya makanan dan minuman
3	Memiliki karakteristik sensori yang dapat diterima konsumen
4	Minuman probiotik orange juice minuman susu fortifikasi fiber food, modifikasi kacang kedelai, dll



Gambar 4. Contoh Produk Modifikasi Pangan Fungsional

Gambar 4 Merupakan contoh produk pudding telur yang diperkenalkan dan Sebagian dibagikan kepada peserta. Bentuk sediaan produk tersebut didukung oleh penjelasan konsep yang sesuai dengan BPOM RI sebagaimana yang telah tercantum dalam Tabel 3 berikut.

Tabel 3. SNI produk pudding

NO	Kriteria	Hasil
1	Organoleptik :	
	Bau	Normal
	Rasa	Normal
	Warna	Normal
2	Ph	7,0
3	Protein (%b/b)	48,7

(Departemen Kesehatan RI., 1991)

3. Monitoring dan evaluasi PKM

Berdasarkan data tersebut diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan PKM sangat informatif dan dapat diterima dengan baik oleh peserta. Keberlanjutan kegiatan ini perlu diaplikasikan ulang oleh peserta kegiatan. Presentase peningkatan sebelum dan setelah kegiatan yaitu 94% peserta memahami konsepnya serta aplikasi kedalam produk inovasinya. Dalam kegiatan PKM tidak ada kendala teknis yang berarti, seperti terlihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Evaluasi dengan Kuisiner

No	Aspek yang dinilai	Jumlah	Rerata	Keterangan
1	Konsep Pangan fungsional dan suplemen	93	4,5	Sangat Baik
2	Mikronutrien essensial untuk pencegahan stunting	89	4,2	Baik
3	Nutrisi untuk ibu hamil dan menyusui	91	4,4	Sangat Baik
4	ASI eksklusif Manfaatnya	96	4,9	Sangat baik
5	Inovasi produk	92	4,4	Sangat baik

Berdasarkan data tersebut diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan PKM sangat informatif dan dapat diterima dengan baik oleh peserta. Keberlanjutan kegiatan ini perlu diaplikasikan ulang oleh peserta kegiatan. Presentase peningkatan sebelum dan setelah kegiatan yaitu sebesar 94% peserta lebih memahami konsepnya serta aplikasi kedalam produk inovasinya. Dalam kegiatan PKM tidak ada kendala teknis yang berarti.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Hasil kegiatan PKM bahwa peserta dapat memahami konsep nutrisi, stunting dan contoh produk diversifikasi produk dalam inovasi nutrisi untuk stunting. Evaluasi berdasarkan diskusi tanya jawab dan dengan hasil kuisioner 94% sangat baik, juga dapat diterima dengan baik sehingga ada peserta yang mencoba mengaplikasikan produk tersebut. Saran buat kedepannya perlu dikembangkan lebih kompleks dalam konsep nutrasetikal sebagai salah satu contohnya adalah puding telur ini yang sudah diperkenalkan dapat dijadikan ide usaha dalam meningkatkan kesehatan dan ekonomi masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim abdimas mengucapkan terima kasih kepada dosen, mahasiswa, staff Prodi Farmasi, Fakultas Farmasi Universitas Bakti Tunas Husada Tasikmalaya telah membantu kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terlaksana dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Adriani, M., Wirjatmadi, B., & Gunanti, I. R. (2022). *Peranan gizi dalam siklus kehidupan*. Kencana.
- Alfarisi, R., Nurmallasari, Y., & Nabilla, S. (2019). Status Gizi Ibu Hamil Dapat Menyebabkan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(3), 271–278. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i3.1404>
- Ernawati, F. (2016). *(the Profile of Vegetable - Animal Protein Consumption of Stunting and*. 39(2), 95–102.
- Fathurohman, M., Setiani, A., Sasila, I., Setiawan, I. D., Nurjannah, N., Nurlita, N., Putri, R. A. M., & Pratita, A. T. (2023). Peningkatan Keseimbangan Gizi Dalam Pencegahan Stunting Dengan Produk Modifikasi Pangan Fungsional. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), 3468. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i4.15979>
- Ismayanty, D., Lufar, N., & Mulyati, S. (2022). Sosialisasi Tentang Pencegahan Stunting Kepada Calon Pengantin Di Kecamatan Kramat Watu, Kabupaten Serang. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 130–134. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v1i2.53>
- Kusudaryati, D. P. D. (2014). Kekurangan asupan besi dan seng sebagai faktor penyebab stunting pada anak. *Jurnal Profesi*, 10(September 2013), 57–61.
- Kusumayanti, H., Triaji Mahendrajaya, R., & Hanindito, S. B. (2016). Pangan Fungsional Dari Tanaman Lokal Indonesia. *Metana*, 12(1), 26–30.
- Lidia, K., Levina, E., Setianingrum, S., Folamauk, C., Riwu, M., Lidesna, A., & Amat, S. (2020). Peningkatan Kesehatan dengan Suplemen dan Gizi Seimbang di Era

- Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Undana*, 14(2), 63–68.
- Maherawati, M., Suswati, D., Dolorosa, E., Hartanti, L., & Fadly, D. (2023). Sosialisasi Gizi Telur Sebagai Protein Hewani Murah Untuk Pencegahan Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), 3312. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i4.15823>
- Paramashanti, B. A., Hadi, H., & Gunawan, I. M. A. (2016). Pemberian ASI eksklusif tidak berhubungan dengan stunting pada anak usia 6–23 bulan di Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 3(3), 162. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2015.3\(3\).162-174](https://doi.org/10.21927/ijnd.2015.3(3).162-174)
- Ramadhani, N., Herlina, H., & Pratiwi, A. C. (2019). Perbandingan Kadar Protein Telur Pada Telur Ayam Dengan Metode Spektrofotometri Vis. *Kartika : Jurnal Ilmiah Farmasi*, 6(2), 53. <https://doi.org/10.26874/kjif.v6i2.142>
- Tauhidah, N. I. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tatah Makmur Kabupaten Banjar. *Journal of Midwifery and Reproduction*, 4(1), 13. <https://doi.org/10.35747/jmr.v4i1.559>
- Uluf, U. Al, Sinatrya, A. K., & Nadhiroh, S. R. (2023). Literature Review: The Relationship between Dietary Diversity with Stunting in Underfive Children. *Amerta Nutrition*, 7(1), 147–153. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i1.2023.147-153>
- World Health Organization. (2014). *Global nutrition targets 2025*.
- Yuwanti, Y., Mulyaningrum, F. M., & Susanti, M. M. (2021). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Stunting Pada Balita Di Kabupaten Grobogan. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 74. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i1.704>