

PELATIHAN KADER POSYANDU UNTUK MEMBUAT CAMILAN TINGGI PROTEIN BERBAHAN LOKAL SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Ratih Kurniasari¹⁾, Sabrina¹⁾, Annisa Nabila Salma¹⁾

¹⁾Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Singaperbangsa Karawang, Karawang, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding author : Ratih Kurniasari
E-mail : ratih.kurniasari@fkes.unsika.ac.id

Diterima 21 Oktober 2022, Direvisi 03 November 2022, Disetujui 03 November 2022

ABSTRAK

Latar Belakang : Kabupaten Karawang termasuk kedalam daerah yang menjadi fokus program penanganan stunting. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Karawang (2021), persentase balita *stunting* di kecamatan Pedes sebanyak 2,2%. Salah satu program pemerintah dalam upaya melakukan pencegahan dan *screening* terhadap kejadian *stunting* adalah dengan pemanfaatan posyandu balita dan pemberian Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada setiap kegiatan posyandu. Buah pisang dan ikan merupakan bahan pangan lokal yang mudah ditemukan dan memiliki nilai gizi yang baik untuk dijadikan PMT. Contoh PMT yang digemari oleh seluruh kalangan terutama anak-anak serta dapat memperpanjang masa simpan pangan lokal *nugget*. Meningkatkan kemampuan peserta pelatihan untuk mengolah camilan tinggi protein berbahan baku pangan lokal dengan memanfaatkan buah pisang dan ikan sebagai upaya pencegahan *stunting*. Metode : Kegiatan pengabdian dilakukan dilaksanakan di Desa Sungaibuntu. Pelatihan terhadap 15 kader posyandu yang meliputi empat tahap yaitu 1) Penyampaian materi tentang stunting dan cara pencegahannya; 2) Praktek membuat PMT (Pemberian Makanan Tambahan) berbahan dasar buah pisang dan ikan dalam bentuk *nugget*; 3) Sesi diskusi dan tanya jawab; 4) Evaluasi. Hasil : Terjadi peningkatan pengetahuan kader posyandu ($p < 0,05$). Kesimpulan : Terjadi peningkatan pengetahuan kader posyandu dan keterampilan peserta dalam membuat *nugget* pisang dan *nugget* ikan.

Kata kunci: pelatihan kader posyandu; pencegahan *stunting*; *nugget* pisang; *nugget* ikan.

ABSTRACT

Background: Karawang Regency is included in the area that is the focus of the stunting management program. Based on data from the Karawang Regency Health Office (2021), the percentage of stunting under five in the Pedes sub-district was 2.2%. One of the government's programs in an effort to prevent and screen stunting is the use of integrated healthcare center "*posyandu*" for toddlers and the provision of Supplementary Food (PMT) at every integrated healthcare center "*posyandu*" activity. Bananas and nuggets are local food ingredients that are easy to find and have good nutritional value to be used as PMT. Examples of PMT are favored by all circles, especially children and can extend the shelf life of local food nuggets. Improve the ability of training participants to process high-protein snacks made from local food by utilizing bananas and fish as an effort to prevent stunting. Methods: Service activities were carried out in Sungaibuntu Village. Training for 15 integrated healthcare center "*posyandu*" cadres which includes four stages, namely 1) Delivery of material on stunting and how to prevent it; 2) The practice of making PMT (Supplementary Food Provision) based on bananas and fish in the form of nuggets; 3) Discussion and question and answer session; 4) Evaluation. Results: There was an increase in knowledge of integrated healthcare center "*posyandu*" cadres ($p < 0.05$). Conclusion: There was an increase in knowledge of integrated healthcare center "*posyandu*" cadres and participants' skills in making banana nuggets and fish nuggets.

Keywords: Integrated healthcare center cadre training; stunting prevention; banana nuggets; fish nuggets

PENDAHULUAN

Kurang gizi kronis atau yang disebut dengan stunting merupakan akibat dari asupan gizi yang kurang pada anak dalam kurun waktu lama, yang mengakibatkan terjadinya gangguan pertumbuhan pada anak sehingga

anak akan mempunyai tinggi badan yang lebih pendek dari standar tinggi badan seusianya. Dalam jangka pendek, *stunting* pada anak menyebabkan terganggunya perkembangan otak, metabolisme tubuh, dan pertumbuhan fisik. Dalam jangka panjang dampak *stunting*

antara lain kecerdasan anak di bawah rata-rata sehingga prestasi belajarnya tidak bisa maksimal, sistem imun tubuh anak tidak baik sehingga anak mudah sakit, dan anak berisiko lebih tinggi terkena penyakit diabetes, penyakit jantung, stroke, dan kanker (Has et al., 2021).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar, prevalensi *stunting* di Indonesia mengalami peningkatan dari 35,6% di 2010, menjadi 37,2% di tahun 2013, dan 30,8% pada 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Provinsi Jawa Barat memiliki prevalensi *stunting* sebesar 24,5% pada 2021 berdasarkan data Survei Status Gizi Balita Indonesia. Kabupaten Karawang termasuk kedalam daerah yang menjadi fokus program penanganan *stunting*. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Karawang (2021), persentase balita *stunting* di Kecamatan Pedes sebanyak 2,2%, dengan 56 balita memiliki status gizi sangat pendek dan 61 balita memiliki status gizi pendek (*Desa sungaibuntu*, 2022).

Penyebab kejadian *stunting* dibagi dua yaitu penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung terdiri dari dua hal yaitu asupan yang kurang dari kebutuhan dan penyakit infeksi yang diderita anak sehingga menyebabkan kurang gizi kronis. Penyebab tidak langsung dari *stunting* banyak hal antara lain pengetahuan gizi ibu, perilaku Kadarzi (Keluarga Dasar Gizi), dan perilaku hidup bersih dan sehat. Pemerintah melakukan berbagai upaya untuk meminimalisir dampak *stunting* yang dapat terjadi sepanjang kehidupan anak (Astuti et al., 2020).

Stunting tidak hanya berpengaruh terhadap kapasitas perkembangan otak anak dalam bidang akademik dan produktivitas ekonomi, akan tetapi juga meningkatkan risiko terhadap penyakit kronis saat dewasa. Sehingga, *stunting* merupakan ancaman bagi masa depan generasi muda dan bangsa yang harus mendapatkan perhatian khusus oleh pemerintah dan seluruh masyarakat. Salah satu program pemerintah dalam upaya melakukan pencegahan dan screening terhadap kejadian *stunting* adalah dengan pemanfaatan posyandu balita. Posyandu merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat dalam penyelenggaraan pembangunan Kesehatan. Program ini bertujuan untuk pemberdayaan masyarakat dan memperluas jangkauan pelayanan kesehatan dasar untuk percepatan penurunan angka kematian ibu dan bayi dan penurunan prevalensi *stunting* (Sari et al., 2021). Salah satu upaya yang dilakukan kader posyandu adalah pemberian Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada setiap

kegiatan posyandu. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah kegiatan pemberian makanan kepada balita dalam bentuk kudapan atau camilan yang aman dan bermutu serta mengandung nilai gizi yang sesuai dengan kebutuhan balita (Astika et al., 2021)

Buah pisang dan nugget merupakan bahan pangan lokal yang mudah ditemukan dan memiliki nilai gizi yang baik untuk dijadikan PMT. Contoh PMT yang digemari olah seluruh kalangan terutama anak-anak serta dapat memperpanjang masa simpan pangan lokal nugget. Olahan nugget ikan dan nugget pisang dapat dinikmati dalam jangka panjang karena penyimpanan dalam kondisi beku (*frozen food*) dan praktis dapat dikonsumsi kapanpun. Produk nugget ikan dan nugget pisang dapat dijadikan solusi untuk mengatasi masalah mitra, karena ada beberapa alasan ; 1) kedua produk memiliki potensi pasar yang lebih luas, 2) memiliki nilai ekonomi tinggi 3) konsumen tidak dibatasi pada usia (mulai dari anak-anak sampai orang tua), 4) memiliki nilai gizi yang sangat tinggi, 5) baik bagi kesehatan, dan 6) ikut berpartisipasi aktif dalam menggalakkan program pemerintah dalam program pemanfaatan bahan lokal dan gemar makan ikan.. Oleh sebab itu tim pengabdian masyarakat melakukan kegiatan pelatihan pembuatan camilan tinggi protein berbahan baku buah pisang dan ikan sebagai upaya pencegahan *stunting* dengan memanfaatkan pangan lokal di Desa Sungaibuntu Kabupaten Karawang.

METODE

Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 3 September 2022 di Aula Desa Sungaibuntu Karawang yang dihadiri 15 kader Posyandu, Bidan Desa, Kepala Puskesmas, Sekretaris Desa, dan mahasiswa KKN Universitas Singaperbangsa. Kegiatan pengabdian diawali dengan perencanaan dan perizinan ke aparat desa Sungaibuntu dan Puskesmas desa Sungaibuntu, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan. Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi empat tahap yaitu 1) Peningkatan pengetahuan kader melalui penyampaian materi tentang *stunting* dan cara pencegahannya; 2) Praktek membuat PMT (Pemberian Makanan Tambahan) berbahan dasar buah pisang dan ikan dalam bentuk *nugget*; 3) Tanya jawab dan diskusi terkait materi yang telah disampaikan; 4) Pemberian pretest dan posttest sebagai upaya evaluasi kegiatan.

Kuesioner *pretest* dan *posttest* terdiri dari 10 pertanyaan mengenai *stunting* dan pencegahannya serta mengenai manfaat pisang dan ikan. Hasil analisisn kuesioner

dikategorikan menjadi pengetahuan baik jika nilai lebih dari sama dengan 60 sedangkan nilai kurang dari 60 dikategorikan pengetahuan kurang. Peningkatan pengetahuan diuji dengan uji statistik non parametrik Wilcoxon karena output uji normalitas menunjukkan data terdistribusi tidak normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Perencanaan dan perizinan

Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan kegiatan perizinan dan sosialisasi kegiatan Pelatihan Pembuatan Camilan Tinggi Protein Berbahan Baku Buah Pisang dan Ikan sebagai Upaya Pencegahan Stunting dengan Memanfaatkan Pangan Lokal kepada Kepala Puskesmas Sungaibuntu dan bidan desa Bersama dengan mahasiswa KKN UNSIKA. Kegiatan disambut baik oleh pihak puskesmas sebagai yang menaungi kegiatan Posyandu.



Gambar 1. Perizinan dan perencanaan kegiatan pengabdian di Puskesmas Sungaibuntu

b. Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu

Sebelum dilakukan pelatihan pembuatan nuget pisang dan nugget ikan, kader POsyandu diberikan materi tentang pengertian stunting, pencegahan, dampak, dan peran PMT berbahan lokal untuk menanggulangi stunting. Pemberian materi dilakukan oleh Ibu Ratih Kurniasari, S.Gz., M.Gizi



Gambar 2. Penyampaian materi stunting di aula desa Sungaibuntu

Setelah peserta mengisi pretest. Setelah pemberian materi dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab mengenai materi dan isu terkini di Posyandu. Pada tahap evaluasi, peserta diminta untuk mengisi post test untuk mengetahui pengaruh kegiatan pemberian ceramah terhadap pengetahuan kader. Pengetahuan menjadi salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap perilaku kader dalam melaksanakan tugasnya. Pengetahuan menjadi salah satu faktor penting yang berpengaruh terhadap perilaku (Mardhika et al., 2021).

Tabel 1. Nilai Pretest dan Posttest Peserta

	n	Min	Max	Mean	SD	p
Pretest	15	40	90	76	17,23	0,039
Posttest	15	60	100	88	12,07	

Uji Wilcoxon

Berdasarkan Tabel 1 diketahui sebelum diberikan materi, pengetahuan peserta 50% masih dalam kategori pengetahuan kurang (nilai <60). Setelah diberikan materi terjadi peningkatan pengetahuan dimana semua peserta sudah masuk kategori pengetahuan baik mengenai stunting. Berdasarkan hasil uji statistik dapat dibuktikan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta mengenai stunting setelah kegiatan pemberian materi.

Salah satu permasalahan posyandu yang paling mendasar adalah rendahnya tingkat pengetahuan kader baik dari sisi akademis maupun teknis, karena itu untuk dapat memberikan pelayanan optimal di Posyandu, diperlukan penyesuaian pengetahuan dan keterampilan kader, sehingga mampu melaksanakan kegiatan Posyandu sesuai norma, standar, prosedur dan kriteria pengembangan Posyandu (Munir et al., 2022). Hasil penelitian lain menyatakan bahwa peningkatkan pengetahuan tentang

stunting dan keterampilan kader dalam melakukan pengukuran Panjang atau tinggi badan balita dengan tepat dapat dilaksanakan di Posyandu dengan memberikan pelatihan penguatan pengetahuan tentang stunting, pelatihan validasi alat, penggunaan alat dan interpretasi hasil pengukuran Panjang atau tinggi badan hal ini juga dapat meningkatkan pengetahuan dan praktik kader dalam melakukan pengukuran panjang atau tinggi badan pada balita (Ramadhan et al., 2021).

c. Pelatihan Pembuatan Nugget Pisang dan Nugget Ikan

Tahap ketiga dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah praktik memasak dan penyajian camilan yang dapat menjadi PMT pada kegiatan posyandu. Bahan pangan lokal yang mudah didapat dan terdapat banyak di Desa Sungaibuntu Karawang yang merupakan wilayah pesisir pantai adalah buah pisang dan ikan. Produk makanan yang banyak digemari dan mempunyai masa simpan yang lebih lama adalah nugget, maka pada pelatihan pembuatan camilan untuk mencegah stunting adalah membuat nugget pisang dan nugget ikan. Berikut ini resep pembuatan nugget pisang dan nugget ikan :

=Nugget Pisang=

Bahan:

1. Pisang 6 buah
2. Tepung terigu 5 sdm
3. Gula 1,5 sdm
4. Telur 1 butir
5. Mentega untuk diolesin di loyang

Baluran:

1. Tepung Panir
2. Telur 1 butir

Cara pembuatan nugget pisang:

1. Hancurkan pisang di dalam wadah hingga halus menggunakan garpu.
2. Jika sudah halus tambahkan tepung terigu, gula pasir, dan telur. Aduk hingga rata dan menjadi adonan
3. Oleskan mentega ke dalam loyang/cetakan nugget.
4. Tuang adonan nugget pisang ke dalam loyang/cetakan.
5. Kukus 30 menit atau hingga matang.
6. Jika sudah matang keluarkan lalu tunggu dingin dan potong nugget pisang sesuai selera.
7. Kocok lepas telur, masukkan potongan nugget ke dalam kocokan telur, baluri hingga merata. Setelah itu pindahkan nugget pisang ke tepung panir dan baluri kembali hingga semua bagian nugget tertutup. (dapat dimasukkan ke dalam

kulkas/freezer terlebih dahulu agar tepung panir lebih menempel pada nugget)

8. Masak nugget dalam api kecil hingga berwarna kuning keemasan.

=Nugget ikan=

Bahan:

1. Ikan 1 kg (di fillet akan menjadi 300 g)
2. Tepung tapioka 3 sdm
3. Garam secukupnya
4. Gula secukupnya
5. Lada secukupnya
6. Bawang putih 3 ulek halus
7. Tepung panir 2-3 sdm dimasukkan ke adonan dan sisanya untuk dibaluri
8. Telur 1-2 butir
9. Mentega
10. Jeruk nipis 1

Cara Pembuatan :

1. Rendam ikan dengan jeruk nipis yang diperas lalu diamkan beberapa menit
2. Fillet ikan dapat menggunakan garpu atau mesin chopper
3. Campurkan ikan dengan tepung tapioka, garam, gula, lada, bawang putih halus, tepung panir, dan telur
4. Oleskan loyang dengan mentega
5. Masukkan adonan nugget ikan ke loyang
6. Kukus nugget ikan sekitar 45 menit
7. Setelah 45 menit cek tusuk dengan tusuk gigi. Jika tidak ada adonan yang menempel di tusuk gigi, artinya sudah matang
8. Keluarkan nugget lalu tunggu hingga dingin dan potong sesuai selera
9. Kocok telur lalu masukkan potongan nugget. Setelah itu masukan ke tepung panir dan baluri secara rata hingga bagian nugget tertutup tepung panir.
10. Masukkan ke kulkas agar tepung panir lebih menempel
11. Goreng nugget di api sedang ke kecil hingga berwarna kuning keemasan



Gambar 3. Pelatihan pembuatan nugget pisang dan nugget ikan di aula desa Sungaibuntu

Pengenalan menu camilan untuk balita sangat diperlukan, agar anak tidak jajan sembarangan. Sehingga, perlu dilakukan peningkatan ketrampilan pada ibu dalam membuat menu camilan yang lezat dan padat gizi. Hasil penelitian menunjukkan pemberian camilan pada anak akan meningkatkan gula darah dan membuat memori ingatan anak menjadi lebih baik sehingga bermanfaat tidak hanya untuk pertumbuhan anak tetapi juga untuk meningkatkan kecerdasan anak (Astika et al., 2021).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kegiatan penyuluhan dan pelatihan dapat disimpulkan bahwa respon kader desa Sungaibuntu Karawan sangat baik. Para peserta sangat antusias selama pelaksanaan kegiatan dengan sering mengajukan pertanyaan yang mereka tidak pahami dan ada peningkatan pengetahuan dari sebelumnya. Kegiatan pengabdian dapat dijadikan pendukung upaya program pemerintah untuk ikut serta berpartisipasi aktif menurunkan angka stunting khususnya pada anak dan ibu hamil melalui perbaikan gizi khususnya yang mengandung banyak protein, serta meningkatkan konsumsi bahan pangan lokal.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada masyarakat Desa Sungaibuntu yang telah menjadi peserta dan Lembaga Penelitian dan Pemberdayaan Masyarakat (LPPM) Universitas Singaperbangsa Karawang yang telah memfasilitasi kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Astika, T., Permatasari, E., Chadirin, Y., Yuliani, T. S., & Koswara, S. (2021). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Fortikasi Pangan Organik Berbasis Pangan Lokal Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknik*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.24853/jpmt.4.1.1-10>
- Astuti, A., M, Y., & Ani, M. (2020). Journal of Midwifery Science : Basic and Applied Research. *Journal of Midwifery Science : Basic and Applied Research*, 2(1), 22–26. <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JOMISBAR/manager>
- Desa sungaibuntu. (2022). Profil Desa Sungaibuntu.
- Has, D. F. S., Ariestiningsih, E. S., & Mukarromah, I. (2021). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Program

Pencegahan Stunting Pada Balita Di Masa Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH)*, 1(02), 7–14.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018).

Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 674). http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf

Mardhika, A., Tyas, A. P. M., Okviasanti, F., Fadliyah, L., Qona'ah, A., Susanto, J., & Muhalla, H. I. (2021). Peningkatan Pendidikan Gizi (Cooking Class) Kelompok Kader Posyandu (Mp-Asi). *Abdimas Unwahas*, 6(1), 7–12. <https://doi.org/10.31942/abd.v6i1.4425>

Munir, Z., Audyna, L., Jadid, U. N., & Jadid, U. N. (2022). Pengaruh edukasi tentang stunting terhadap pemgetahuan dan sikap ibu yang mempunyai anak stunting. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 10. <https://www.ejournal.unuja.ac.id/index.php/jkp/article/view/4221%0Ahttps://www.ejournal.unuja.ac.id/index.php/jkp/article/viewFile/4221/1581>

Ramadhan, K., Maradindo, Y. E., Nurfatimah, N., & Hafid, F. (2021). Kuliah Kader sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Kader Posyandu dalam Pencegahan Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(4), 1751–1759. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/5091>

Sari, M. I., Angraini, D. I., Imantika, E., & Oktaria, D. (2021). Pelatihan Kader Posyandu Untuk Meningkatkan Keterampilan Pengukuran Antropometri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Puskesmas Sukaraja Bandar Lampung. *JPKM: Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 56–63. <https://doi.org/10.37905/jpkm.v2i1.9833>