

Sosialisasi dan Pelatihan Pembuatan Bubuk Tinggi Protein dari Ikan Seluang untuk Pencegahan Stunting kepada Kader dan Ibu-ibu di Posyandu Melati, Menteng, Kota Palangka Raya

Tina Sugiyani¹, Yuni Damayanti Nainggolan², Stella Monica Dara Muning Utaminingsih³, Muh. Supwatul Hakim⁴

^{1,2,4} Program Studi Kimia, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Palangka Raya Kalimantan Tengah, Indonesia

³ Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Palangka Raya Kalimantan Tengah, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Muh. Supwatul Hakim

E-mail: hakim@mipa.upr.ac.id

Abstrak

Stunting merupakan permasalahan kurangnya asupan gizi pada anak dan balita dalam jangka waktu yang cukup lama, sehingga menimbulkan perkembangan dan pertumbuhan anak menjadi terganggu. Posyandu Melati merupakan salah satu organisasi swadaya yang memiliki peran penting dalam membantu mengontrol pertumbuhan anak setiap bulannya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Posyandu Melati ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada kader dan ibu-ibu tentang stunting dan bahayanya bagi pertumbuhan anak dan balita. Selain itu diberikan juga pelatihan pembuatan bubuk tinggi protein dari ikan seluang. Metode pelaksanaan kegiatan yaitu melalui sosialisasi dan penyuluhan tentang stunting dan bahayanya kepada seluruh peserta kegiatan, serta pelatihan pembuatan bubuk tinggi protein untuk mencegah stunting. Berdasarkan hasil survey, lebih dari 50% peserta menyatakan setuju terhadap peningkatan pengetahuan tentang stunting setelah pelaksanaan kegiatan. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan kepada kader dan ibu-ibu untuk terus memantau dan memonitoring pertumbuhan anaknya.

Kata kunci - stunting, sosialisasi, gizi anak

Abstract

Stunting is the problem of inadequate nutritional intake in children and young children over a long period of time, which leads to developmental and growth disorders in the child. Posyandu Melati is a self-help organization that plays an important role in monitoring children's growth every month. The aim of this activity in Posyandu Melati is to educate cadres and mothers about stunting and the associated risks to the growth of children and young children. In addition, training was also provided on how to make high-protein powder from Seluang fish. The method of implementing the activity is to socialize and educate all activity participants about stunting and their dangers, as well as training in the production of protein-rich powder to prevent stunting. Based on the survey results, more than 50% of participants agreed to increase knowledge about stunting after completing the activity. With this activity, we hope that cadres and mothers will continue to monitor and monitor the growth of their children.

Keywords - stunting, socialization, child nutrition

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia, khususnya di kalangan anak-anak di bawah usia lima tahun. Di Posyandu Melati, yang terletak di Jalan Soekarno, Menteng, Jekan Raya, Kota Palangka Raya, terdapat prevalensi anak-anak dengan berat badan stagnan sebesar 30%. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak anak yang berisiko mengalami stunting, sebuah kondisi yang dapat berdampak buruk pada pertumbuhan fisik dan kognitif anak. Berdasarkan penelitian oleh (WHO, 2020), stunting tidak hanya mempengaruhi pertumbuhan fisik anak tetapi juga perkembangan otak dan kemampuan belajar anak.

Gizi anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pekerjaan dan pendidikan orang tua. Pekerjaan orang tua berhubungan erat dengan pendapatan keluarga, yang menentukan akses terhadap makanan bergizi dan pelayanan kesehatan. Orang tua dengan pekerjaan tetap cenderung memiliki kemampuan finansial yang lebih baik untuk memenuhi kebutuhan gizi anak-anak mereka. Selain itu, pendidikan orang tua juga memainkan peran penting dalam menentukan status gizi anak. Orang tua yang berpendidikan lebih tinggi umumnya memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang gizi seimbang, cara memasak yang sehat, serta pentingnya pola makan yang baik untuk perkembangan anak. Penelitian oleh (Lemaking et al., 2022; Smith et al., 2005) menunjukkan bahwa anak-anak dari keluarga dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki status gizi yang lebih baik dibandingkan dengan anak-anak dari keluarga dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah. Oleh karena itu, upaya peningkatan gizi anak perlu memperhatikan kedua faktor ini, dengan memberikan edukasi gizi kepada orang tua agar dapat menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak yang optimal.

Salah satu ikan khas lokal Kalimantan Tengah dan keberadaannya melimpah adalah ikan seluang. Ikan seluang memiliki ukuran yang kecil jika dibanding dengan ikan lainnya. Namun, ikan seluang memiliki asam amino yang tinggi serta kandungan DHA dan EFA yang dapat meningkatkan fungsi syaraf dan otak pada balita (Sogandi et al., 2020). Dengan kandungan yang dimilikinya, maka ikan seluang dapat dimanfaatkan sebagai produk olahan menjadi bubuk ikan seluang yang memiliki potensi yang tinggi dalam pencegahan stunting pada anak.

Oleh karena itu, kegiatan sosialisasi pencegahan stunting sangat penting untuk dilakukan, terutama kepada para kader dan ibu-ibu di Posyandu, yang memiliki peran kunci dalam memantau dan mendukung kesehatan anak-anak. Sosialisasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang, praktik pemberian makan yang baik, serta pencegahan infeksi dan penyakit yang dapat memperburuk kondisi stunting. Selain itu pengetahuan ibu-ibu dalam pengolahan ikan seluang menjadi bubuk tinggi protein menjadi perhatian pada kegiatan ini. Dengan pendekatan yang tepat, diharapkan angka stunting di wilayah ini dapat berkurang secara signifikan, sehingga anak-anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari 3 (tiga) tahapan, yaitu:

1. Tahap persiapan

Pada tahapan ini dilakukan persiapan sebelum pelaksanaan kegiatan meliputi: koordinasi bersama ketua Posyandu Melati dan kader posyandu, persiapan tempat kegiatan, persiapan materi sosialisasi dan persiapan instrumen evaluasi.

2. Tahap pelaksanaan kegiatan

Tahap sosialisasi dilakukan di Posyandu Melati jalan Soekarno, Menteng. Tahapan ini melibatkan Ketua posyandu, kader posyandu, Ibu-ibu, ibu hamil serta anak dan balita. Tahap selanjutnya adalah pelatihan pembuatan bubuk tinggi protein dari ikan khas lokal Kalimantan Tengah yakni ikan seluang.

3. Tahap evaluasi

Untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta, dilakukan evaluasi berupa penyebaran kuisioner sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan (Toepak et al., 2023). Evaluasi secara kuantitatif dapat menggambarkan adanya peningkatan pengetahuan yang didapatkan oleh peserta melalui kegiatan sosialisasi.

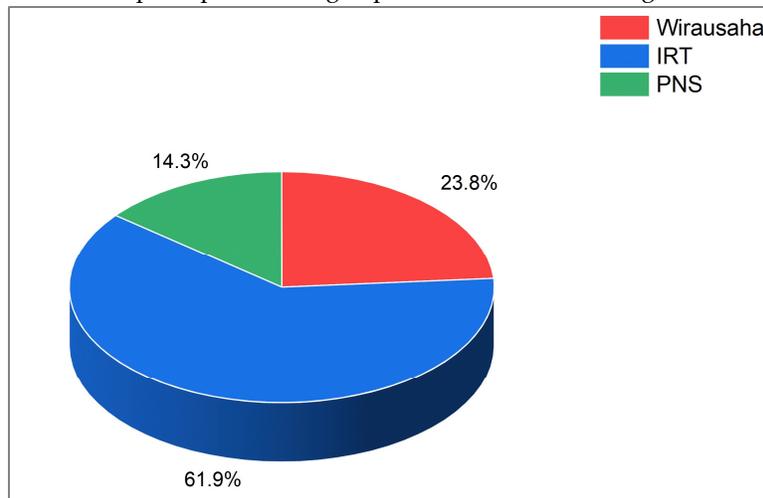


Gambar 1.

Alur pelaksanaan kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil survey kegiatan di Posyandu Melati berlokasi di Jalan Soekarno, Menteng, Jekan Raya Kota Palangka Raya, posyandu ini melayani kegiatan seperti imunisasi, penimbangan berat badan dan tinggi badan kepada kurang lebih 50 Kepala Keluarga (KK) yang memiliki anak dan balita. Masyarakat di sekitar posyandu memiliki profesi yang beragam, lebih dari 50% ibu-ibu berprofesi sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) dan sisanya sebagai PNS dan wiraswasta (Gambar 2). Berdasarkan hasil penelitian (Dungga et al., 2022), menyebutkan bahwa pekerjaan orang tua dapat mempengaruhi nilai gizi anak. Gizi anak dapat dipenuhi dengan pemberian makanan bergizi dan tinggi protein.



Gambar 2.

Sebaran pekerjaan ibu-ibu peserta

Penyampaian materi mengenai stunting disampaikan oleh dr. Erald Giovanni, seorang dokter di RS. Siloam, mencakup beberapa aspek penting yang relevan bagi para kader dan ibu-ibu di Posyandu Melati. Materi pertama yang disampaikan adalah pemahaman dasar tentang stunting, yaitu kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis dalam waktu lama. Hal ini penting untuk dipahami karena stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga mempengaruhi perkembangan kognitif, kesehatan, dan produktivitas di masa depan.

dr. Giovanni juga menjelaskan bahaya stunting secara mendalam. Anak-anak yang mengalami stunting memiliki risiko lebih tinggi terhadap berbagai penyakit infeksi, keterlambatan perkembangan motorik, serta penurunan kemampuan belajar dan prestasi akademik. Dampak jangka panjang dari stunting juga mencakup risiko penyakit tidak menular seperti diabetes dan penyakit jantung di kemudian hari.

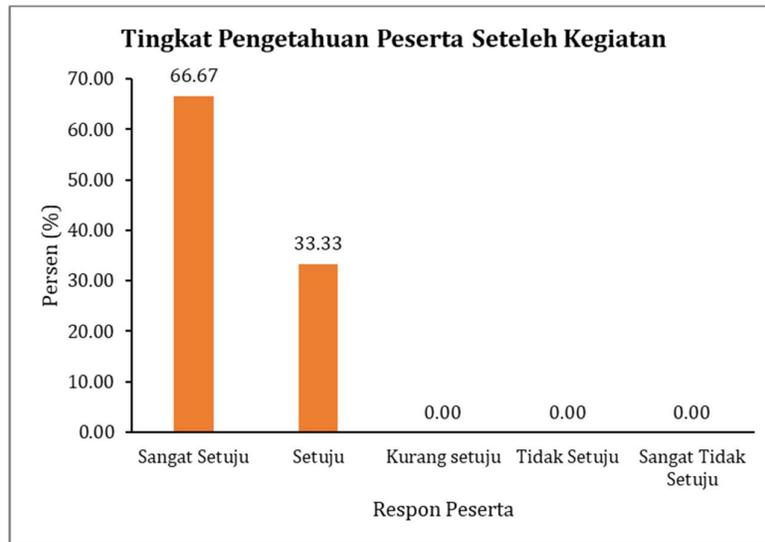
Selanjutnya, dr. Giovanni menekankan pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi seimbang bagi anak dan balita sebagai upaya pencegahan stunting. Ia menguraikan komponen gizi yang harus diperhatikan, seperti protein, vitamin, dan mineral, serta pentingnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan anak. Beliau juga menggarisbawahi peran penting para ibu dan kader posyandu dalam memberikan edukasi dan mendukung penerapan pola makan sehat di lingkungan keluarga.

Materi yang disampaikan oleh dr. Giovanni sangat relevan dengan kondisi di Posyandu Melati, di mana 30% anak mengalami stagnansi berat badan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang stunting dan langkah-langkah pencegahannya, diharapkan para kader dan ibu-ibu dapat lebih proaktif dalam menjaga dan meningkatkan status gizi anak-anak di lingkungan mereka, sehingga prevalensi stunting dapat berkurang secara signifikan. Pencegahan stunting dipengaruhi oleh tiga faktor dasar diantaranya pola asuh yang baik, perbaikan gizi, dan perbaikan sanitasi dan air minum (P2TM, 2018)



Gambar 3.
Penyampaian materi Stunting

Setelah pelaksanaan kegiatan penyuluhan stunting di Posyandu Melati, terdapat peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai pencegahan stunting (Gambar 4). Hal ini terlihat dari hasil kuesioner yang menunjukkan bahwa 66,67% peserta sangat setuju bahwa pengetahuan mereka meningkat setelah mengikuti kegiatan tersebut. Selain itu, 33,33% peserta menyatakan setuju dengan peningkatan pengetahuan mereka. Tidak ada peserta yang merasa kurang setuju, tidak setuju, atau sangat tidak setuju dengan pernyataan ini, yang berarti bahwa semua peserta merasakan manfaat dari penyuluhan yang diberikan. Data ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang diterapkan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang stunting dan pencegahannya, yang diharapkan dapat berdampak positif pada penurunan angka stunting di wilayah tersebut. Berdasarkan hasil penelitian (Wati & Musnadi, 2022) bahwa pemberian asupan yang bergizi dapat menyebabkan tingkat kejadian stunting pada suatu wilayah.



Gambar 4.

Tingkat pengetahuan peserta setelah sosialisasi

Kegiatan selanjutnya adalah pelatihan pembuatan bubuk tinggi protein yang dilakukan melalui tahapan berikut (Gambar 5). Ikan seluang didapatkan dari pasar lokal di Kota Palangka Raya. Ikan yang dipilih merupakan ikan yang segar agar mendapatkan protein yang baik. Peserta diajarkan cara mengolah dan membuat bubuk tinggi protein dengan cara menampilkan video tutorial dan memperlihatkan bahan baku yang sudah disiapkan oleh tim.



Gambar 5.

- a). Proses pembuatan bubuk tinggi protein (Ikan Seluang) dan
b). Bubuk tinggi protein (BUTEIN) ikan seluang

KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting dan pelatihan pembuatan bubuk tinggi protein di Posyandu Melati telah berhasil dilaksanakan. Kegiatan ini diikuti oleh kader, ibu-ibu dan ibu hamil beserta anak dan balita. Berdasarkan hasil evaluasi yang telah dilakukan, bahwa terjadi peningkatan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

pemahaman kader dan ibu-ibu terkait stunting. Harapannya kader dan ibu-ibu selalu memperhatikan asupan gizi yang diberikan kepada anak. Pemberian asupan yang bergizi dapat meningkatkan kualitas gizi yang dibutuhkan dalam masa pertumbuhan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Prodi Kimia, FMIPA Universitas Palangka Raya atas dukungannya serta kepada Posyandu Melati yang telah bersedia menjadi mitra pada kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dungga, E. F., Ibrahim, S. A., & Suleman, I. (2022). Hubungan Pendidikan dan Pekerjaan Orang Tua dengan Status Gizi Anak. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 4(3), 991–998. <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v4i3.16589>
- Lemaking, V. B., Manimalai, M., & Djogo, H. M. A. (2022). Hubungan pekerjaan ayah, pendidikan ibu, pola asuh, dan jumlah anggota keluarga dengan kejadian stunting pada balita di Kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang. *Ilmu Gizi Indonesia*, 5(2), 123. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v5i2.254>
- P2TM. (2018). *Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/cegah-stunting-dengan-perbaikan-pola-makan-pola-asuh-dan-sanitasi>
- Smith, L. C., Ruel, M. T., & Ndiaye, A. (2005). Why Is Child Malnutrition Lower in Urban Than in Rural Areas? Evidence from 36 Developing Countries. *World Development*, 33(8), 1285–1305. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2005.03.002>
- Sogandi, S., Sanjaya, R. E., Baity, N., & Syahmani, S. (2020). Identifikasi kandungan gizi dan profil asam amino dari ikan seluang (*Rasbora* Sp). *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 42(2), 73–80. <https://doi.org/10.22435/pgm.v42i2.1287>
- Toepak, E. P., Hermayantiningsih, D., & Hakim, M. S. (2023). Sosialisasi Pembuatan Sabun Herbal dari Minyak Atsiri Kenanga dan Lemon di SMA Muhammadiyah 1 Palangka Raya. *KALANDRA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(4), 153–160. <https://doi.org/10.55266/jurnalkalandra.v2i4.309>
- Wati, L., & Musnadi, J. (2022). Hubungan Asupan Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Di Desa Padang Kecamatan Manggeng Kabupaten Aceh Barat Daya. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 44–52. <https://doi.org/10.32672/jbe.v10i1.4116>
- WHO. (2020). *Malnutrition*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>