

**Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara**  
**Volume 1, April 2023**  
Universitas Mataram, 23-24 Februari 2023

**PENCEGAHAN STUNTING MELALUI SOSIALISASI PENGENALAN MAKANAN BERGIZI DAN PEMBUATAN NUGGET IKAN TONGKOL DAN PUDING JAGUNG DI DESA OBEL - OBEL, KECAMATAN SAMBELIA, KABUPATEN LOMBOK TIMUR**

Alvin Bimantara Deka, Nurul Azizah, Ririn Amanah Khaidina, Verina Kanastari Putri, Alfi Sani, Sapri Khairunisya, Annida Fariha Qolbuani, Lalu Dharma Kresna Aryangga, Hofifah Indra Sari, Nanang Rusnandar

Universitas Mataram

Alamat korespondensi: [nurul.azizah71711@gmail.com](mailto:nurul.azizah71711@gmail.com)

Jl. Majapahit No.62, Kec. Selaparang, Kota Mataram, Nusa Tenggara Bar. 83115

**ABSTRAK**

Stunting adalah masalah kurang gizi dan nutrisi kronis yang ditandai tinggi badan anak lebih pendek dari standar anak seusianya. Selain itu, stunting menyebabkan kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal seperti lambat berbicara atau berjalan, hingga sering mengalami sakit. Stunting juga merupakan masalah kesehatan yang utamanya terjadi pada balita, stunting adalah gangguan pertumbuhan pada anak dimana tinggi badan menurut umur (TB/U) pada anak balita berada dibawah 2 tahun tidak tercapai sesuai standar yang ditetapkan. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di Desa Obel-obel tanggal 20 dan 25 Januari 2023. Penyuluhan pencegahan stunting yang dilakukan berupa sosialisasi dan demonstrasi pembuatan makanan bergizi. Kegiatan tersebut yang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat Obel - obel tentang pentingnya mengkonsumsi makanan bergizi untuk mencegah stunting.

**Kata Kunci:** Stunting, Desa Obel - obel, makanan bergizi, sosialisasi

**PENDAHULUAN**

Desa Obel-obel terletak di Kecamatan Sambelia, Kabupaten Lombok Timur, Provinsi Nusa Tenggara Barat, desa ini merupakan salah satu desa paling ujung dan berdekatan dengan Kabupaten Lombok Utara. Desa Obel-obel memiliki potensi utama dalam bidang perikanan, karena wilayahnya yang terletak di kawasan pesisir, selain itu Desa Obel-obel juga memiliki potensi dibidang pertanian karena lahannya yang subur. Komoditas utama yang dihasilkan dari desa ini adalah perikanan tangkap dan produk pertanian seperti jambu mente, jagungdan padi. Dibalik tingginya potensi sumber daya alam Desa Obel-obel, desa ini juga memiliki beberapa permasalahan, salah satunya adalah stunting.

Stunting adalah masalah kurang gizi dan nutrisi kronis yang ditandai tinggi badan anak lebih pendek dari standar anak seusianya. Selain itu, stunting menyebabkan kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal seperti lambat berbicara atau berjalan, hingga sering mengalami sakit. Stunting juga merupakan masalah kesehatan yang utamanya terjadi pada balita, stunting adalah gangguan pertumbuhan pada anak dimana tinggi badan menurut umur (TB/U) pada anak balita berada dibawah 2 tahun tidak tercapai sesuai standar yang ditetapkan. Stunting mengindikasikan masalah gizi kronis sebagai akibat dari keadaan yang berlangsung lama, misalnya: kemiskinan dan pola asuh atau pemberian makanan yang kurang baik dari sejak anak dilahirkan yang mengakibatkan anak menjadipendek. Pada Desember 2022 lalu, Wakil Menteri Kesehatan RI, Dante Saksono Harbuwono dalam Forum Nasional Stunting mengatakan sebanyak 12 provinsi masih perlu difokuskan untuk menangani penurunan stunting. Terdapat tujuh provinsi yang memiliki stunting

tertinggi dan 5 provinsi dengan jumlah kasus terbesar di Indonesia. Salah satunya adalah provinsi Nusa Tenggara Barat. Sumber Daya Manusia (SDM) yang unggul dan berkualitas merupakan syarat untuk membawa Indonesia Maju pada tahun 2045. Namun, penyiapan SDM unggul masih menghadapi tantangan bernama "stunting". Berdasarkan data Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021, prevalensi stunting saat ini masih berada pada angka 24,4 persen atau 5,33 juta balita. Prevalensi stunting ini telah mengalami penurunan dari tahun-tahun sebelumnya. Akan tetapi, Presiden RI Joko Widodo menargetkan angka stunting turun menjadi 14 persen di tahun 2024. World Bank Tahun 2020 kasus stunting menunjukkan, prevalensi stunting di Indonesia berada pada urutan ke 115 dari 151 Negara diduniadan NTB berada di urutan ke 2 di Indonesia.

Permasalahan stunting di Desa Obel-obel terjadi pada beberapa keluarga, meskipun potensi pangan di desa ini tinggi, namun permasalahan stunting justru timbul karena kurangnya pemahaman orangtua di dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anaknya, selain itu kurangnya minat anak – anak didalam mengonsumsi makanan bergizi juga turut mempengaruhi permasalahan ini. Untuk mengatasi permasalahan tersebut salah satu jalan keluarnya adalah memperkenalkan produk olahan yang memiliki kandungan nutrisi tinggi dengan penyajian yang menarik kepada masyarakat, selain itu produk yang dikenalkan menggunakan bahan baku yang murah, mudah diperoleh dan diolah sehingga mudah diterapkan di masyarakat.

Melalui kegiatan KKN bertema Desa Sehat mahasiswa Universitas Mataram mencoba memberikan alternatif pembuatan makanan olahan berskala rumah tangga, dengan tujuan meningkatkan asupan gizi rumah tangga agar terhindar dari stunting. Tujuan akhir dari program ini adalah terbentuknya masyarakat yang sadar gizi, sehat, kuat dan mandiri. Program kerja KKN ini disusun berdasarkan potensi lokal desa Obel-obel ditambah dengan inovasi dan kreatifitas dari mahasiswa yang diharapkan dapat menjadi solusi mengatasi permasalahan stunting di tengah masyarakat.

## METODEPELAKSANAAN

### 1. PelaksanaanKegiatan

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di Desa Obel-obel tanggal 20 dan 25 Januari 2023, dengan rangkaian kegiatan sebagai berikut:

1. Pengurusan izin dan koordinasi kepada kepala desa, posyandu dan kepala dusun untuk kegiatan penyuluhan pencegahan stunting melalui pembuatan makanan bergizikepadacalon peserta.
2. Uji coba pembuatan makanan bergizi yaitu nugget ikan dan puding jagung satu hari sebelum pelaksanaan kegiatanolehmahasiswaKKN.
4. Penyuluhan stunting dan pembuatan makanan bergizi yaitu nugget ikan dan puding jagung.
5. Pembagian nugget ikan dan pudding jagung yang telah dibuat peserta pelatihan dan mahasiswa KKN.
6. Diskusi/ tanya jawab.
7. Praktek pembuatan makanan bergizi yaitu nugget ikan dan puding jagung secara langsung, yang dibantu mahasiswa yang sedang melaksanakan Kuliah Kerja Nyata(KKN).

### 2. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan penyuluhanpembuatan makanan bergizi ini adalah anggota PKK Desa Obel-obel, KaderPosyandu dan perwakilan masyarakat Desa Obel-obel, Kecamatan Sambelia,Kabupaten Lombok timur

### 3. Prosedur pembuatan Nugget Ikan

1. Bahan-bahan yang digunakan berupa: Ikan 1 kg, Tepung terigu 0,5 kg,Tepung tapioka

0,5kg, Tepung Roti 1 Kg, Telur 3 Buah, Lada 1 Sendok teh, Ketumbar 1 sendok makan, garam secukupnya, Bawang merah 10 siung, Bawang putih 4 siung,

2. Alat-alat Peralatan utama yang digunakan dalam pembuatan Nugget Ikan, antarlain: blender, sendok, panci, kompor, wadah, pengaduk, dan kompor.

3. Cara kerja Langkah-langkah pembuatan susu sehat bernutrisi dari kedelai, yaitu:

- Bersihkan ikan, pisahkan ikan dari tulangnya
- Haluskan ikan menggunakan belender
- Goreng bawang putih dan bawang merah, lalu haluskan
- Potong dadu wortel
- Campurkan semua bahan, aduk secara merata
- Masukkan semua adonan ke wadah
- Masukkan adonan ke dalam panci pengukus, tunggu adonan sampai matang
- Setelah matang potong adonan sesuai selera
- Pecahkan telur, lalu kocok telur
- Celupkan potongan nugget ke dalam telur, lalu ke tepung roti. Ulangi sampai adonan habis
- Goreng nugget sampai berwarna kecoklatan
- Nugget Ikan (Tanpa bahan pengawet) siap untuk dihidangkan, bertahan sekitar 10 jam, Agar Nugget ikan dapat awet lebih lama, sebelum digoreng bisa dimasukkan ke dalam lemari es (freezer)



Gambar 1.1 Pembuatan Nugget Ikan

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan pengolahan makanan bergizi untuk mencegah stunting dengan judul "Pencegahan Stunting Dengan Makanan Bergizi Di Desa Obel - obel, Kecamatan Sambelia, Kabupaten Lombok Timur", diawali dengan tahap sosialisasi kepada masyarakat, pembuatan makanan bergizi yaitu nugget ikan dan puding jagung bersama masyarakat dan koordinasi dengan mitra, yaitu anggota PKK, kader posyandu dan perwakilan dari masyarakat. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 16 dan 20 Januari 2023.



Gambar 1.2 Penyuluhan pencegahan stunting dengan makanan bergizi, 16 Januari

2023



Gambar 1.3 Pembuatan Makanan Bergizi, nugget ikan & Puding Jagung 20 januari 2023

Hasil diskusi mengenai situasi di masyarakat menunjukkan adanya permasalahan terhadap permasalahan stunting, permasalahan yang terjadi di masyarakat adalah:

1. Kurangnya pemahaman masyarakat tentang pentingnya makanan bergizi untuk mencegah stunting.
2. Kurangnya keterampilan masyarakat dalam pengolahan makanan bergizi untuk mencegah stunting.

Penyuluhan pencegahan stunting melalui pembuatan makanan bergizi yang di laksanakan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat Obel – obel tentang pentingnya mengkonsumsi makanan bergizi untuk mencegah stunting. Manfaat lain juga adalah masyarakat setempat dapat menjadikan produk olahan tersebut menjadi sumber penghasilannya. Hasil kegiatan pembuatan makanan bergizi mencakup bebrapa komponen sebagai berikut:

1. Meningkatnya pemahaman masyarakat tentang pentingnya olahan makanan bergizi untuk mencegah stunting.
2. Masyarakat memperoleh keterampilan baru mengolah makanan bergizi (nugget ikan dan puding jagung) untuk mencegah stunting.

Target peserta penyuluhan seperti direncanakan sebelumnya adalah 50 orang, dalam pelaksanaannya kegiatan ini diikuti oleh 35 orang. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa tingkat keberhasilan kegiatan ini dilihat dari target peserta yang hadir mencapai 70%. Angka tersebut menunjukkan bawa kegiatan pengolahan nugget ikan dan puding jagung ini dapat dikatakan berhasil karena melebihi angka persentase sebesar 50%. Ketercapaian tujuan pengolahan secara umum terbilang baik, semua materi dapat didisampaikan dengan baik dan secara detail. Para peserta juga sudah dapat menghasilkan produk makanan bergizi yaitu nugget ikan dan puding jagung secara individu, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan kegiatan ini sudah tercapai dengan baik.

Penyuluh juga melakukan pemantauan dan pengamatan pada saat pelaksanaan kegiatan penyuluhan untuk melihat respon peserta. Berdasarkan hasil analisa, dapat dikatakan bahwa penyuluhan ini berhasil, ini tercermin dari kesungguhan dan keseriusan peserta penyuluhan dalam mengikuti dan menanggapi setiap materi yang diberikan penyuluh. Beberapa hasil yang diperoleh peserta dari kegiatan penyuluhan ini sekaligus menjadi parameter kualitatif keberhasilan kegiatan ini antara lain:

1. Bertambahnya pengetahuan dan keterampilan peserta dalam pembuatan makanan bergizi.
2. Tumbuhnya motivasi dan semangat dari peserta untuk meningkatkan kemampuan kerja.
3. Adanya transfer ilmu pengetahuan dan teknologi dari penyuluh kepada peserta. Sehingga peserta memiliki keterampilan baru.

Kondisi tersebut di atas memberikan indikator adanya hubungan kecocokan antara pokok materi yang diberikan dengan kebutuhan atau masalah yang dihadapi oleh peserta penyuluhan. Fenomena yang ditunjukkan oleh peserta penyuluhan seperti dikemukakan diatas, hanya dapat digunakan

sebagai petunjuk adanya penambahan kemampuan peserta dalam aspek kognitif dan aspek afektif yang diukur secara kualitatif, akan tetapi belum dapat dijadikan tolak ukur untuk mengetahui apakah ilmu atau pengetahuan yang diberikan tersebut benar-benar diterapkan oleh peserta penyuluhan, oleh karena itu penyuluh akan melakukan pemantauan lebih lanjut pada waktu yang akan datang.

Untuk menjamin keberlanjutan program, penyuluh memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada kelompok untuk dapat berkonsultasi sepanjang waktu yang dibutuhkan. Agar komunikasi tidak terputus, tim penyuluh membentuk forum komunikasi berisi penyuluh dan peserta melalui grup wa. Forum ini nantinya berfungsi untuk memantau keberlanjutan pelaksanaan kegiatan, bahkan ketika periode pelaksanaan.

#### KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pelaksanaan pencegahan stunting dengan makanan bergizi di Desa Obel - obel, Kecamatan Sambelia, Kabupaten Lombok Timur dapat disimpulkan:

1. Adanya peningkatan pengetahuan dan pengalaman masyarakat Desa Obel-obel mengenai pencegahan stunting dan peran penting makanan bergizi.
2. Pembuatan makanan bergizi yaitu nugget ikan dan puding jagung memberikan alternatif bagi masyarakat untuk pemenuhan gizi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arsyati, A. M. Pengaruh Penyuluhan Media Audiovisual Dalam Pengetahuan Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil Di Desa Cibatok 2 Cibungbulang. *Promotor* 2, 182 (2019).
- Kemendes RI. "Buletin Stunting." Kementerian Kesehatan RI 301, No. 5 (2018): 1163-78.
- Ningrum, N. P., Hidayatunnikmah, N. & Rihardini, T. Cegah Stunting Sejak Dini dengan Makanan Bergizi untuk Ibu Hamil. *E-Dimas J. Pengabd. Kpd. Masy.* 11, 550-555 (2020).
- Penedagandor dalam Angka 2021. *Profil Desa Penedagandor 2021.* Humas Pemdes.
- Picauly, I dan Toy SM. (2013). Analisis Determinan dan Pengaruh Stunting terhadap Prestasi Belajar Anak Sekolah di Kupang dan Sumba Timur NTT. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(1), 55-62.
- Ramayulis, Rita. 2018. *Stop Stunting dengan Konseling Gizi.* Jakarta Timur: Penebar Swadaya Grup. Unicef Indonesia. (2012). *Ringkasan Kajian Gizi Ibu Dan Anak.* Jakarta: Indonesia.
- Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) di Indonesia. *Global Health Science*, 3(1).
- Rukhil Amania, Muhammad Nur Hidayat, Izatul Hamidah, Endah Wahyuningsih & Asnun Parwanti. Pencegahan Stunting Melalui Parenting Education Di Desa Pakel Bareng. *J. Pengabd. Masy. Darul Ulum* 1, 52-68 (2022).
- Sakti, S. A. (2020). Pengaruh Stunting pada tumbuh kembang anak periode golden age. *Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 6(1).
- Satriawan, E. Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024 (National Strategy for Accelerating Stunting Prevention 2018-2024). *Tim Nas. Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. Sekr. Wakil Pres. Republik Indones.* 1-32 (2018).
- Stunting, K., Nasional, H. K., Jatinangor, K. P., Jatinangor, C., Jatinangor, P., & Sumedang, K. (2018). Gerakan pencegahan. *7(3)*, 185-188.
- Sukmawati, E. (2018). wahyunita yulia sari, indah sulistyoningrum. *Farmakologi Kebidanan. Trans Info Media (TIM).* Sukmawati, E., Imanah, N. D. N., & Suwariyah, P. (2021). Pengaruh Pendampingan Kader Kesehatan terhadap Keberhasilan Menyusui untuk Memberikan ASI Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2).
- Waroh, Y. K. (2019). Pemberian Makanan Tambahan Sebagai Upaya Penanganan Stunting Pada Balita Di Indonesia. *Embrio*, 11(1), 47-54. <https://doi.org/10.36456/embrio.vol11.no1.a1852>.
- Welis, W., Syafrizal, S., & Welis, W. (2008). *Ilmu Gizi.* and Syatrizar. *Ilmu Gizi*, 2008, 120. Ramdhani, A., Handayani, H., & Setiawan, A. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Stunting. *Semnas Lppm*, ISBN: 978-.
- Yanti, E. S. (2021). Dukungan Ayah ASI terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 1(2). <https://doi.org/10.24853/myjm.1.2.67-74>