

PERBAIKAN GIZI DENGAN PEMBERIAN NUGGET BELUT PADA PENDERITA STUNTING DI DESA CATUR RAHAYU KECAMATAN DENDANG

Dwi Kurniawan¹, Mutia Salsa Billa^{2*}, Marta Prima Yuda², Fariska Rian Elfandes², Sherin Azarine², Mertisa², Silvi Salsabila², Fitra Ayda Ningsih², Marini Amaliya Muslim², Assyafiah Harnum², Nanda Poniar², Diah Putri Permadani³, Julkarnain³

¹Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Jambi

²Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi

³Peternakan, Fakultas Peternakan, Universitas Jambi

* Penulis Korespondensi : mutiasalsabilla904@gmail.com

Abstrak

Stunting menjadi permasalahan di Indonesia, bahkan menjadi permasalahan yang mendunia karena sampai saat ini belum ada penanganan yang tepat untuk mengatasinya. Perlu adanya pencegahan stunting dengan memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi, sehingga selama proses pertumbuhan tidak mengalami kekurangan zat gizi yang penting bagi tubuh. Penelitian ini bertujuan sebagai upaya pencegahan stunting melalui pemberian nugget belut pada anak stunting Di Desa Catur Rahayu. Dalam penelitian ini, dapat ditandai bahwa-bahan yang digunakan memberikan peran yang sangat penting, contohnya seperti belut. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa belut mengandung vitamin A, dan protein yang baik untuk tubuh. Tak hanya itu, asam amino, karbohidrat, magnesium, kalsium, zat besi, dan berbagai nutrisi lain juga tersimpan dalam belut. Bukan saja belut, melalui penelitian ini, wortel, telur, tepung sago dan tepung panir yang lainnya juga berdampak baik bagi kesehatan. Tentunya, penelitian ini akan memberikan manfaat bagi peneliti masa depan, baik dalam hal kesehatan pada anak yang mengalami stunting ataupun dalam hal keuangan karena kelompok kami menggunakan resep dengan bahan yang sehat dan biaya yang murah. Stunting adalah kegagalan tumbuh kembang pada anak dibawah usia 5 tahun (bayi dibawah 5 tahun).

Kata kunci: Gizi, Nugget Belut, Stunting

Abstract

Stunting is a problem in Indonesia, even a global problem because until now there has been no proper treatment to overcome it. It is necessary to prevent stunting by paying attention to the type of food consumed, so that during the growth process does not experience a lack of nutrients that are important for the body. This study aims to prevent stunting by giving eel nugget to stunted children in Catur Rahayu Village. In this study, it can be characterized that the ingredients used play a very important role, such as eel. The results of this study show that eel contains vitamin A, and protein which is good for the body. Not only that, amino acids, carbohydrates, magnesium, calcium, iron, and various other nutrients are also stored in eel. Not only eel, through this research, carrots, eggs, sago flour and other panir flour also have a good impact on health. Of course, this study will benefit future researchers, both in terms of health in stunted children and in terms of finance because our group uses recipes with healthy ingredients and low costs. Stunting is the failure of growth and development in children under 5 years of age (infants under 5 years old).

Keywords: Eel Nuggets, Nutrition, Stunting

1. PENDAHULUAN

Belut memiliki kandungan protein yang cukup tinggi, dan kaya akan kandungan vitamin A, protein, asam amino, karbohidrat, magnesium, kalsium, zat besi dan kandungan lainnya. Konsumsi belut oleh masyarakat Indonesia tergolong rendah. Hal ini disebabkan karena bentuk belut yang menyerupai ular sehingga masyarakat enggan memakan belut. Oleh karena itu perlu diupayakan pengolahan daging belut menjadi bentuk lain sehingga dapat meningkatkan konsumsi masyarakat terutama pada anak *stunting*. (Hikmah *et al.*, 2021).

Salah satu bentuk pengolahan yang dapat dilakukan terhadap daging belut adalah *nugget* belut. *Stunting* merupakan permasalahan yang semakin banyak ditemukan di negara berkembang, termasuk Indonesia. Menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan tahun 2021 ditemukan sebanyak 22,9% atau 154,8 juta anak-anak balita *stunting*. Oleh sebab itu, negara hadir untuk masyarakat dalam menurunkan *stunting* melalui suplementasi gizi makro dan mikro. (*World Health Organization*, 2021) “*Stunting* atau pendek merupakan kondisi gagal tumbuh pada bayi (0-11 bulan) dan anak balita (12-59 bulan), akibat dari kekurangan gizi kronis terutama dalam 1.000 hari pertama kehidupan sehingga anak terlalu pendek untuk usianya” (Ramayulis, 2018).

Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir, tetapi kondisi *stunting* baru nampak setelah anak berusia 2 tahun (Agustin dan Rahmawati, 2021). Balita dikatakan pendek jika nilai *z-score*-nya panjang badan menurut umur (PB/U) atau (TB/U) kurang dari $-2SD$ /standart deviasi dan kurang dari $-3SD$ (*severely stunted*). (Sutrio dan Lupiana, 2019) Balita *stunted* akan memiliki tingkat kecerdasan tidak maksimal, menjadi lebih rentan terhadap penyakit, dan di masa depan dapat beresiko menurunnya tingkat produktivitas. Pada akhirnya, secara luas *stunting* akan dapat menghambat pertumbuhan ekonomi dan meningkatkan kemiskinan.

Stunting disebabkan oleh faktor multidimensi, diantaranya praktik pengasuhan gizi yang kurang baik, termasuk kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan serta setelah ibu melahirkan. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi *stunting* perlu dilakukan pada 1.000 hari pertama kehidupan (HPK) dari anak balita. Peluang intervensi kunci yang terhenti efektif diantaranya adalah intervensi yang terkait praktik-praktik pemberian makanan anak yang bergizi untuk membentuk daya tahan tubuh dan berkembang sistem imunologis anak terhadap makanan. Oleh karena itu, masyarakat dan petugas kesehatan perlu memahami pentingnya pemberian makanan bayi dan anak yang tepat, serta memberikan dukungan kepada para ibu. Kurangnya pengetahuan para ibu akan bahaya

stunting menyebabkan jumlah anak penderita *stunting* setiap tahunnya mengalami peningkatan di berbagai daerah di Indonesia termasuk Provinsi Jambi, daerah Kabupaten Tanjung Jabung Timur, Kecamatan Dendang khususnya di Desa Catur Rahayu didapatkan data anak *stunting* yaitu sebanyak 7 orang anak.

Maka diperlukan pemberian *nugget* belut untuk anak *stunting* di Desa Catur Rahayu yang dapat memberikan manfaat kesehatan. Melalui pemberian *nugget* belut sebagai upaya dalam pencegahan *stunting*

Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk salah satu program Kerja Kuliah Nyata (Kukerta) Universitas Jambi yang merupakan bagian dari kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi, untuk memberikan manfaat dan membagikan ilmu pengetahuan dan meningkatkan derajat kesehatan bagi masyarakat.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Kukerta ini dilakukan di Desa Catur Kecamatan Dendang dengan metode *door to door*. Strategi pelaksanaan dalam kegiatan ini dengan memberikan makanan *nugget* belut dan penyuluhan manfaat *nugget* belut dengan menggunakan media *leaflet* kemudian di akhir penyampaian materi penyuluhan diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan, setelah itu dilakukan diskusi mengenai pentingnya makanan *nugget* yang bergizi pada anak *stunting*. (Mitra, 2015) Lokasi ini dilaksanakan di beberapa rumah warga yang memiliki anak *stunting* dengan total 7 orang anak Di Desa Catur Rahayu.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis komposisi belut dalam bentuk *nugget* sebagai makanan bergizi bagi anak *stunting*. Penelitian dilaksanakan menggunakan total sampling dan dilakukan secara *door to door* dan waktu selama 2 hari masing-masing pertemuan selama 30 menit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak *stunting* setelah mengkonsumsi *nugget* belut nafsu makan anak meningkat.

Pada tahap pelaksanaan kegiatan ini dimulai dari pengenalan diri dan tujuan kegiatan dilaksanakan kemudian penyuluhan materi tentang pentingnya makanan *nugget* belut meliputi manfaat yang terkandung pada belut untuk gizi anak *stunting*. Setelah dilaksanakan penyuluhan kemudian diberikan makanan *nugget* belut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Kukerta yang melaksanakan kegiatan penyuluhan telah berjalan dengan lancar. Penyuluhan di lakukan selama 2 hari di rumah-rumah warga Desa Catur Rahayu, yakni pada Tanggal 26-27 Mei 2023. Kegiatan ini dilakukan dari Jam 09.00-11.00 WIB.

Sebelum melaksanakan kegiatan pemberian makanan *nugget* belut mahasiswa terlebih dahulu

berkoordinasi dan meminta izin kepada Kepala PUSTU (Puskesmas Pembantu) untuk dilaksanakan kegiatan tersebut pada Tanggal 26-27 Mei 2023. Setelah Kepala PUSTU memberikan izin ke mahasiswa untuk mempersiapkan materi Penyuluhan dan Pembuatan *nugget* belut yang telah di sepakati oleh kepala PUSTU. Kegiatan ini dibantu oleh Tenaga Kesehatan dari Puskesmas Dendang.

Selama kegiatan berlangsung orang tua pada anak *stunting* menyimak dan dapat memahami materi penyuluhan yang disampaikan, orang tua pada anak *stunting* juga aktif dalam menjawab dan bertanya mengenai *stunting*. Kegiatan ini secara umum sangat membantu orang tua dalam memahami tentang pentingnya pemberian makan bergizi pada anak *stunting* hal ini sebagaimana hasil analisis yang di dapat bahwa setelah di lakukan penyuluhan mengenai pemberian makanan bergizi pada anak *stunting* terjadi kenaikan pengetahuan orang tua dimana sebelum di berikan penyuluhan rata-rata pengetahuan dari 7 orang ibu pada anak *stunting* Di Desa Catur Rahayu hanya 43% yang memiliki tingkat pengetahuan baik, sementara setelah di berikan penyuluhan meningkat menjadi 86%



Gambar 1. kegiatan penyuluhan dan pemberian *nugget* belut yang bergizi pada anak *stunting*

Tabel 1. Pengetahuan ibu tentang makanan bergizi pada anak *stunting*

Pengetahuan	Jumlah Ibu	%
Sebelum penyuluhan		
- Baik	3	43
- Kurang Baik	4	57
Setelah penyuluhan		
- Baik	6	86
- Kurang baik	1	14

Rendahnya pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemberian makanan bergizi pada Anak sebelum dilakukannya penyuluhan terjadi karena kurangnya informasi di yang di dapat serta masih

adanya anggapan yang kurang di kenali terkait materi tersebut di lingkungan masyarakat. Secara umum, pengetahuan akan mendasari seseorang dalam pengambilan keputusan terhadap dirinya sendiri dan keluarga dalam hal kesehatan. Yang mempermudah terjadinya perilaku seseorang terwujud melalui pengetahuan tersebut dapat mendasari seseorang dalam pengambilan keputusan dan mengaplikasikan prinsip yang diketahui pada kondisi sebenarnya (Notoatmodjo, 2012).

Kurangnya pengetahuan tentang pemberian makanan bergizi pada anak *stunting* menjadi penyebab utama anak kurangnya terpenuhi asupan makanan pada anak . ketidaktahuan Ibu mengenai gizi seimbang pada anak. Pada kegiatan pengabdian masyarakat tersebut sebagian besar ibu mempunyai pengetahuan, persepsi dan sikap yang positif terhadap suatu topik masalah kesehatan, maka dari itu perilaku kesehatan yang positif.

Pada saat evaluasi akhir dari kegiatan yang telah di laksanakan ibu dapat menerima dan memahami materi yang telah diberikan berupa pentingnya pemberian makanan bergizi pada anak *stunting*. Secara umum ibu antusias dalam mendengarkan informasi, serta mengetahui manfaat besar dari pemberian makanan bergizi pada anak *stunting*. Pemberian penyuluhan secara rutin dan makanan tambahan dapat bermanfaat untuk perbaikan gizi pada anak *stunting*. Pengetahuan ini bisa dilatar belakangi oleh kemampuan dalam analisis pertanyaan.

4. PENUTUP

Simpulan

Pemberian penyuluhan tentang pentingnya pemberian makanan tambahan pada anak merupakan salah satu bentuk upaya dalam meningkatkan pengetahuan ibu untuk memberikan makanan bergizi pada anak dan meningkatkan kesehatan pada anak *stunting*. Setelah memberikan informasi kepada masyarakat perlu adanya informasi yang harus diberikan kepada orang terdekat agar mendukung kesehatan pada anak dalam pencegahan *stunting*.

Saran

Pada artikel ini dapat memberikan informasi pada ibu mengenai manfaat makanan bergizi salah satunya *nugget* belut pada anak *stunting*. Diharapkan informasi pada artikel ini dapat dikembangkan lagi mengenai makanan bergizi pada anak *stunting*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu melancarkan pelaksanaan kegiatan Kukerta kepada masyarakat di

desa Catur Rahayu, Kecamatan Dendang dan juga kepada civitas akademik Universitas Jambi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, L & Rahmawati, D. (2021). Hubungan Pendapatan Keluarga Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian *Stunting*. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(1):27–32.
- Mitra (2015). Permasalahan anak pendek (*stunting*) dan intervensi untuk mencegah terjadinya *stunting* (suatu kajian kepustakaan). *Kesehatan Komunitas*, 2(6):255–7.
- Notoatmodjo. (2012). Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Ramayulis, R. (2018). Stop *Stunting* dengan Konseling Gizi. Jakarta Timur : Penebar Swadaya Grup
- Hikmah, S. N., Herman, H., Indriana, Y., & Rusli, A. (2021). Komposisi kimia kapsul konsentrat protein ikan belut (*Monopterus albus*) sebagai makanan suplemen bagi penderita gizi buruk. *Agrokompleks*. 21(2):34-40.
- Sutrio & Lupiana, M. (2019). Berat Badan dan Panjang Badan Lahir Meningkatkan Kejadian *Stunting*, *Kesehatan Metro Sai Wawai*, 12(1):21–29.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Stunting*. World Health Organization.