

Midwifery Project Besti Omatin (Balita Bebas Stunting Dengan Olahan Makanan Ikan Patin) Berbahan Pangan Lokal Di Desa Sungai Tabuk Kota

Midwifery Project BESTI OMATIN (Stunted Free Toddlers Using Processed Catfish Food) Made From Local Food In Sungai Tabuk Village City

Adita Rahma Agustina^{1*}, Hairiana Kusvitasari², Siti Noor Hasanah²

¹Program Studi Pofesi Bidan, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia, Banjarmasin

²Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia, Banjarmasin

*Korespondensi: adita.r.agustina@gmail.com

Info Artikel

Diterima:

04 November 2024

Dipublikasikan:

02 Januari 2025

ABSTRAK

Permasalahan stunting merupakan salah satu fokus pemerintah di bidang kesehatan. Stunting bukan hanya terkait dengan tinggi badan anak di bawah standar yang ditetapkan. Stunting dan kekurangan gizi lainnya pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Faktor resiko stunting, salah satunya terkait status gizi. Tujuan dari kegiatan ini yaitu bagi wanita usia subur (WUS) yang memiliki balita dapat memahami mengenai pengolahan makanan tambahan berbahan pangan lokal yang dikemas secara sehat dan menarik untuk disajikan kepada balita dengan melakukan praktek pembuatan nugget ikan patin untuk menekan angka prevalensi stunting. Kegiatan dilakukan dengan sasaran WUS yang memiliki Balita di RT.02 Desa Sungai Tabuk Kota. Pertama, diadakan penyampaian hasil pengkajian data serta permasalahan yang diangkat. Kedua, dilaksanakan midwifery project pengolahan makanan berbahan pangan lokal ikan patin melalui demo masak pembuatan nugget ikan patin. Hasil dari kegiatan pengabdian ini dihadiri peserta sebanyak 35 orang dan mendapat apresiasi positif dari aparat pemerintah desa maupun dari pihak Puskesmas yang saat pelaksanaan kegiatan ikut berhadir. Peserta juga sangat antusias mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir terlihat tanya jawab dari peserta demo masak. Dari hasil penelitian tingkat pengetahuan peserta sesudah diberikan edukasi mengenai stunting dalam kategori baik (86,6%), dalam kategori cukup (13,4%). Hal ini dapat diartikan ada peningkatan yang signifikan untuk pengetahuan sesudah dilakukan edukasi stunting. Melalui program ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman WUS mengenai perbaikan pola makan, dan mencegah stunting dengan protein hewani, serta pengolahan makanan tambahan yang berbahan pangan lokal.

Kata kunci: Besti omatin, ikan patin, stunting, WUS

ABSTRACT

The problem of stunting is one of the government's focuses in the health sector. Stunting is not only related to a child's height below the set standard. Stunting and other malnutrition in the First 1,000 Days of Life (HPK). One of the risk factors for stunting is related to nutritional status. The purpose of this activity is for women of childbearing age (WUS) who have toddlers to understand about the processing of additional food made from local food that is packaged healthily and attractively to be served to toddlers by practicing making catfish nuggets to reduce the prevalence of stunting. The activity was carried out targeting WUS who have toddlers in RT.02 Sungai Tabuk Kota Village. First, a presentation of the results of the data assessment and the problems raised was held. Second, a midwifery project was carried out for processing local catfish food through a cooking demonstration of making catfish nuggets. The results of this community service activity were attended by 35 participants and received positive appreciation from village government officials and from the Health Center who were present during the implementation of the activity. Participants were also very enthusiastic about participating in the activity from beginning to end, as seen from the questions and answers from the cooking demonstration participants. From the results of the study, the level of knowledge of participants after being given education about stunting was in the good category (86.6%), in the sufficient category (13.4%). This can be interpreted as a



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

significant increase in knowledge after stunting education. Through this program, it is hoped that it can increase the understanding of WUS regarding improving diet patterns, and preventing stunting with animal protein, as well as processing additional foods made from local food ingredients.

Keywords: Besti omatin, catfish, stunting, WUS

1. Pendahuluan

Permasalahan Stunting merupakan salah satu fokus pemerintah di bidang kesehatan. Stunting bukan hanya terkait dengan tinggi badan anak di bawah standar yang ditetapkan. Stunting dan kekurangan gizi lainnya pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), di samping beresiko menghambat pertumbuhan fisik dan menyebabkan kerentanan anak terhadap penyakit, juga menghambat perkembangan kognitif yang akan berpengaruh pada tingkat kecerdasan dan produktivitas anak dimasa depan (Eliana, E., et al, 2022).

Berdasarkan target SDGs tahun 2030, menghilangkan segala bentuk kekurangan gizi, termasuk pada tahun 2025 mencapai target yang disepakati untuk anak pendek dan kurus, serta ibu hamil. Salah satu masalah gizi pada balita yang masih menjadi pilar utama bagi pemerintah Indonesia adalah masalah gizi kronik atau juga disebut dengan stunting (Kementerian PPN, 2020).

Faktor resiko stunting, salah satunya terkait status gizi. Status Gizi merupakan sebuah penilaian keadaan gizi yang diukur oleh seseorang pada satu waktu dengan mengumpulkan data. Status gizi menggambarkan kebutuhan tubuh seseorang terpenuhi atau tidak. Salah satu penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang yang dilakukan oleh Putri, Sulastri, dan Lestari tahun 2015, menunjukkan bahwa status gizi dalam masyarakat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti sosial ekonomi, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, jumlah anak dalam keluarga, dan pola asuh.

Berdasarkan hasil pengkajian data yang telah di temukan di lapangan Desa Sungai Tabuk Kota RT.02 pada bulan agustus tahun 2024, jumlah balita dan anak pra sekolah (> 1 tahun - < 5 tahun) sebanyak 19 orang, jumlah anak-anak (6-11 tahun) sebanyak 14 orang, jumlah remaja (12 – 25 tahun) sebanyak 26 orang, jumlah Wanita Usia Subur

(WUS) (15-49 tahun) sebanyak 71 orang, jumlah menopause sebanyak 40 orang, jumlah ibu hamil sebanyak 3 orang, sedangkan jumlah kader posyandu teratai sebanyak 4 orang.

Ada beberapa masalah kesehatan yang ditemukan Desa Sungai Tabuk Kota RT.02 di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1, seperti adanya balita stunting sebanyak 3 orang (15.78%), dan berdasarkan data yang tercatat di Puskesmas Sungai Tabuk 1 pada tahun 2024, jumlah bayi dan balita 1.766 orang dan terdapat 546 balita stunting dari 12 desa binaan, dengan persentase 30,9%. Sedangkan untuk wilayah desa Sungai Tabuk Kota, terdapat 77 balita stunting dari 200 jumlah balita, dengan persentase 38,5% serta masih ada ibu yang belum memiliki pemahaman mengenai perbaikan pola makan untuk mencegah stunting.

Salah satu upaya penanganan dalam penanggulangan stunting adalah perilaku dalam mengonsumsi sumber protein hewani yang secara terus-menerus. Pangan hewani secara umum mengandung zat gizi protein tinggi dan kaya asam amino esensial yang baik bagi balita stunting, ikan merupakan salah satu pangan hewani yang kandungan asam aminonya tinggi, kuantitas asam amino yang ada dalam protein makanan merupakan faktor penentu utama untuk menilai kualitas zat gizi protein.

Ikan patin adalah salah satu jenis ikan air tawar yang paling banyak diminati dan dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia, ikan patin memiliki berbagai kelebihan, yaitu pertumbuhannya cepat, memiliki kemampuan beradaptasi terhadap lingkungan yang tinggi, rasanya enak dan kandungan gizinya cukup tinggi, ikan patin memiliki kandungan protein 16,1% dan lemak 5,7%, ikan ini termasuk golongan ikan yang berprotein tinggi dan berlemak sedang (Susanti, L., 2024).

Di daerah Kalimantan Selatan, banyak dijumpai ikan yang memiliki zat gizi berprotein tinggi diantaranya ikan patin dan ikan gabus

(haruan) yang merupakan komoditas air tawar yang banyak dijumpai, serta kedua jenis ikan ini sangat umum dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia khususnya Kalimantan Selatan Kabupaten Banjar, namun terdapat perbedaan harga, ikan haruan cenderung lebih mahal dibandingkan dengan ikan patin yang mudah didapat dan harga yang lebih ekonomis (Astuti, F., & Budiarti, Y., 2023).

Oleh karena itu pada kesempatan kali ini dilaksanakan pengabdian kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1, dalam upaya pencegahan stunting dengan rencana Midwifery Project "BESTI OMATIN" (Balita Bebas Stunting dengan Olahan Makanan Ikan Patin) pengolahan makanan tambahan berbahan pangan lokal melalui demo masak. PMT nugget ikan patin merupakan solusi yang ditawarkan oleh peneliti untuk menekan angka prevalensi stunting. Tujuan program ini memberdayakan wanita usia subur, dan ibu yang memiliki balita untuk mengetahui pencegahan stunting melalui pengolahan makanan tambahan berbahan pangan lokal.

2. Metode Kegiatan

Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pendekatan yaitu analisis hasil pengkajian wilayah dalam menentukan masalah, dilanjutkan identifikasi masalah, merencanakan intervensi, melaksanakan implementasi dan mengevaluasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan dalam mengatasi masalah yang direncanakan dengan melaksanakan kegiatan praktek pengolahan makanan tambahan berbahan pangan lokal yang menarik dan sehat

Kegiatan pertama pengabdian masyarakat dilaksanakan di rumah warga RT.02 pada tanggal 06 Agustus 2024 pukul 16.00 WITA. Dalam kegiatan ini, diadakan penyampaian hasil pengkajian data serta permasalahan yang diangkat di RT.02 Desa Sungai Tabuk Kota, serta penjabaran kegiatan yang akan dilaksanakan pada MMD III.

Pelaksanaan kegiatan midwifery project ini dilakukan di Rumah Warga RT.02 Desa Sungai

Tabuk Kota, Kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar, Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1 pada tanggal 15 Agustus 2024 pukul 14.00-16.00 WITA. Dalam kegiatan ini, dilaksanakan praktek pengolahan makanan tambahan berbahan pangan lokal melalui demo masak yaitu PMT nugget ikan patin. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh WUS di wilayah RT.02 Desa Sungai Tabuk, berjumlah 71 orang. Sasaran program pada midwifery project ini yaitu ibu hamil, WUS, serta ibu yang memiliki balita.

Beberapa alat dan bahan yang digunakan dalam pembuatan PMT nugget ikan patin adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Alat dan Bahan Pembuatan Nugget Ikan Patin

No.	Alat	Bahan
1	Kompor	Ikan Patin
2	Panci	Tahu
3	Wajan	Telur Ayam
4	Chopper	Wortel
5	Talenan	Tepung Terigu
6	Pisau	Tepung Maizena
7	Cetakan	Tepung Panir/ Roti
8	Sendok	Bawang Merah, Bawang Putih
9	Piring	Daun Bawang
10	Sarung Tangan	Garam, Gula, Merica
11	Mangkuk	Minyak

Cara Pembuatan:

- Bersihkan ikan patin.
- Haluskan ikan patin yang sudah dibersihkan dari tulang dan kulitnya dengan chopper atau dicincang.
- Kukus 4 buah tahu, kemudian haluskan.
- Haluskan 5 siung bawang merah dan 3 siung bawang putih
- Parut wortel yang sudah dibersihkan.
- Campur ikan patin, tahu, wortel, serta bawang merah dan bawang putih yang telah dihaluskan kedalam satu wadah.
- Kemudian tambahkan 2 sendok tepung terigu, 1 sendok tepung maizena.
- Tambahkan potongan daun bawang dan 1 butir telur ayam lalu aduk sampai tercampur rata.
- Beri garam 3 sendok teh, gula 2 sendok teh, dan merica ½ sendok teh.

- j. Tuangkan adonan kedalam cetakan yang telah diolesi minyak.
- k. Kukus selama kurang lebih 25 menit sampai adonan nugget set.
- l. Angkat dan dinginkan sebentar, setelah itu potong-potong adonan nugget.
- m. Larutkan 1 sendok tepung terigu didalam mangkuk.
- n. Tuangkan tepung panir kedalam wadah.
- o. Masukkan nugget kedalam wadah adonan tepung kemudian baluri dengan tepung panir hingga merata.
- p. Panaskan minyak lalu goreng nugget sampai berubah warna menjadi golden brown, lalu angkat dan tiriskan.

3. Hasil Dan Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa memang masih banyak masyarakat terutama ibu yang belum mengerti tentang konsumsi gizi seimbang dan juga stunting, hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan sumber informasi. Padahal konsumsi gizi seimbang berkaitan dengan proses tumbuh kembang anak. Maka dari itu mahasiswa Profesi Bidan Universitas Sari Mulia Banjarmasin berupaya meminimalisir faktor-faktor yang dapat menyebabkan kejadian stunting dengan memberikan edukasi berupa penyuluhan dan demonstrasi tentang stunting, perbaikan pola makan, dan mencegah stunting dengan protein hewani yang dilakukan di kegiatan Midwifery Project ini.

Salah satu upaya penanganan yang cepat berdampak bagi penanggulangan stunting adalah perilaku mengonsumsi sumber protein hewani yang secara terus-menerus. Pangan hewani secara umum mengandung protein tinggi dan kaya asam amino esensial yang baik bagi balita stunting, ikan merupakan salah satu pangan hewani yang kandungan asam aminonya tinggi (Eliana et al., 2022). Ikan patin adalah salah satu jenis ikan air tawar yang paling banyak diminati dan dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia, ikan patin memiliki berbagai kelebihan, yaitu pertumbuhannya cepat, memiliki kemampuan beradaptasi terhadap

lingkungan yang tinggi, rasanya enak dan kandungan gizinya cukup tinggi, ikan patin memiliki kandungan protein 16,1% dan lemak 5,7%, ikan ini termasuk golongan ikan yang berprotein tinggi dan berlemak sedang (Susanti, L., 2024).

Oleh karena itu, perlu adanya upaya perbaikan gizi, karena dengan keadaan gizi yang baik dapat mencapai derajat kesehatan yang optimal. Penderita stunting disebabkan oleh banyak faktor, sehingga penanggulangannya tidak cukup dengan pendekatan medis maupun pelayanan kesehatan saja (Sidiq, R. S. S., et.al., 2022). Salah satu upaya penanganan masalah gizi pada balita khususnya dengan masalah stunting yaitu dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) tinggi energi dan protein. Disini, orang tua sebagai penanggung jawab dalam merawat anak serta pengontrol tumbuh kembang anak mempunyai peran, sehingga kebutuhan gizi anak dapat tercukupi dengan baik.

Rencana tahapan berikutnya yang didapat adalah masalah kerja sama antar pemerintah desa dengan petugas gizi, promosi kesehatan puskesmas lebih ditingkatkan lagi dalam pencegahan stunting pada balita, karena ini masih menyangkut dalam program nasional tentang pencegahan stunting di desa.



Gambar 1. Praktek Demo Masak Nugget Ikan Patin

Ketua RT, serta kader posyandu meminta agar kegiatan pencegahan stunting pada WUS dapat diadakan kembali dengan topik yang berbeda, Khususnya pada kelompok ibu yang mempunyai balita stunting sangat efektif dilakukan penyuluhan lagi, mengingat angka stunting masih cukup tinggi di wilayah kerja UPT Puskesmas

Sungai Tabuk 1 dan efek yang ditimbulkan dari stunting pada balita sangat beresiko. Keberlanjutan dari program ini diharapkan agar produk dapat menjadi produk unggulan puskesmas atau UMKM desa.



Gambar 2. Nugget Ikan Patin



Gambar 3. Foto Bersama Saat Pelaksanaan Program

4. Simpulan

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat yang sudah dilaksanakan dengan praktek pengolahan makanan tambahan melalui demo masak dalam upaya pencegahan stunting pada balita sangat efektif dilakukan, Program kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pengolahan ikan patin yg dijadikan nugget untuk mencegah stunting penting dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan kerjasama antar masyarakat. Program ini sesuai dengan program yang direncanakan oleh Kementerian Kesehatan untuk mengoptimalkan upaya promotif dan preventif pada masyarakat. Sehingga dapat meningkatkan pemahaman WUS dan ibu balita mengenai perbaikan pola makan, dan mencegah

stunting dengan protein hewani, serta pengolahan makanan tambahan yang berbahan pangan lokal.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih saya ucapkan kepada Pembina Yayasan Indah, Rektor dan Wakil Rektor serta seluruh civitas akademika Universitas Sari Mulia, pembimbing yang selalu memberikan arahan dan dukungan agar pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan baik, serta Kepala Puskesmas Sungai Tabuk Kota 1 yang memfasilitasi tempat penelitian.

Referensi

- Astuti, F., & Budiarti, Y. (2023). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Labu Kuning Dan Ikan Gabus Terhadap Status Gizi Ibu Hamil Dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK). *Jurnal Ilmiah Perhotelan*, 12 (2), 605-614. <https://doi.org/10.47492/jih.v12i2.3025>
- Eliana, E., Yuniantini, E., Kamsiah, K., & Yuniarto, A. E. (2022). Pengaruh Pemberian Pangan Setengah Jadi Berbasis Ikan (Sosis Analog) Dengan Kecukupan Protein Balita Dalam Upaya Penurunan Stunting Di Kabupaten Seluma. *Gizi Indonesia*, 45(2), 173–182. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v45i2.665>
- Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional / Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas). (2020). Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024.
- Sidiq, R. S. S., et.al. (2022). Pengolahan Ikan Patin Sebagai Makanan Tambahan Dalam Pencegahan Stunting. *Lambung Inovasi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(4), 600-608. <https://doi.org/10.36312/linov.v7i4.952>
- Susanti, L. (2024). Pengolahan Nugget Ikan Patin (Pangasius Hypophthalmus) Sebagai Makanan Untuk Pencegahan Stunting Pada Balita Di Posyandu Mutiara Kasih Kelurahan 16 Ulu Palembang. *Khidmah*, 6(1), 17-24. <https://mail.khidmah.ikestmp.ac.id/index.php/khidmah/article/view/469>

URL artikel: <https://wpcpublisher.com/jurnal/index.php/jurnalpengmas/article/view/499>