

## PENYULUHAN PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN DARI OLAHAN IKAN PATIN

Nina Olivia<sup>1</sup> , Muchti Yuda Pratama<sup>2</sup> , Nisrina<sup>3</sup> , Huwaina Af'idah<sup>4</sup> , Erita Gustina<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Medan

E-mail: [ninabiomed123@gmail.com](mailto:ninabiomed123@gmail.com)

### ARTICLE INFO

#### **Article history:**

Received :03-01-2025

Revised :-24-01-2025

Accepted: 30-01-2025

**Key words:** Stunting, PMT,  
Catfish, Education

**DOI:** <https://doi.org/10.62335>

### ABSTRACT

*Stunting is caused by various factors, such as nutritional intake during pregnancy or infancy, lack of maternal knowledge about nutrition before or during pregnancy, and postpartum conditions that impact intelligence, susceptibility to diseases, and overall health. The provision of Supplementary Feeding (PMT) involves offering safe and high-quality snacks for toddlers, prioritizing food quality and safety. An innovative approach to addressing this issue involves utilizing local wisdom by processing catfish into cookies. This initiative was carried out at Posyandu Flamboyan, Jaharun B Village, Galang, Deli Serdang, involving 50 toddlers and their mothers attending the posyandu activities. The results showed that all toddlers experienced weight gain and enjoyed the cookies provided. Considering stunting is a serious issue, this program should be continued by encouraging local stakeholders to promote fish farming in the community and explore other catfish-based food innovations.*

### ABSTRAK

Stunting disebabkan oleh berbagai faktor seperti asupan gizi yang dikonsumsi selama kandungan atau balita, kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi sebelum atau saat kehamilan, serta masa nifas yang berdampak pada penurunan kecerdasan, kerentanan terhadap penyakit. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah kegiatan pemberian makanan kepada balita dalam bentuk kudapan yang aman dan bermutu dengan memperhatikan aspek mutu dan keamanan pangan. Olahan makanan berasal dari Ikan patin yang diolah dalam bentuk

cookies merupakan satu upaya inovasi dengan memanfaatkan kearifan lokal. Kegiatan ini dilaksanakan di posyandu flamboyan desa Jaharun B Galang Deli Serdang dan melibatkan 50 balita dan ibu yang hadir dalam kegiatan posyandu. Hasilnya seluruh balita mengalami peningkatan berat badan dan menyukai cookies yang di sajikan. Mengingat stunting adalah masalah serius maka program ini hendaknya dilanjutkan dalam bentuk dukungan pihak setempat untuk memperkenalkan budidaya ke Masyarakat serta menerapkan olahan lainnya berbahan ikan patin.

## **PENDAHULUAN**

Gizi merupakan faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia. Gizi yang baik tercapai jika terdapat keseimbangan dan keselarasan antara perkembangan fisik dan perkembangan mental seseorang. Terdapat hubungan yang sangat erat antara status gizi dan pola konsumsi makanan. Tingkat status gizi yang optimal akan tercapai jika kebutuhan gizi optimal terpenuhi (Jayanti et al., 2021).

Malnutrisi sering kali dianggap sebagai hasil dari ketidakamanan pangan semata, namun data dari banyak negara menyatakan bahwa makanan atau pangan bukanlah satu-satunya atau bahkan penyebab utama malnutrisi, kecuali dalam kondisi kelaparan. Anak balita merupakan kelompok yang rentan mengalami malnutrisi, salah satunya adalah stunting.

Stunting adalah gangguan pertumbuhan linear yang disebabkan oleh malnutrisi kronis atau penyakit infeksi kronis atau berulang. Stunting merupakan hasil pengukuran status gizi anak yang dilihat dari indikator TB/U, yang menggambarkan status gizi kronis mereka. Artinya, stunting muncul sebagai akibat dari kondisi jangka panjang seperti kemiskinan, pola asuh yang tidak tepat, seringnya penyakit berulang akibat kebersihan dan sanitasi yang tidak baik (Jayanti et al., 2021).

Stunting merupakan masalah gizi utama yang akan berdampak pada kehidupan sosial dan ekonomi di masyarakat. Selain itu, stunting dapat memengaruhi anak balita dalam jangka panjang, yaitu mengganggu kesehatan, pendidikan, dan produktivitas mereka di masa depan. Anak balita yang mengalami stunting cenderung sulit mencapai potensi pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, baik secara fisik maupun mental. Kementerian kesehatan telah menetapkan kebijakan yang komprehensif, meliputi pencegahan, promosi/edukasi dan penanggulangan balita gizi buruk. Upaya pencegahan dilaksanakan melalui pemantauan pertumbuhan di posyandu. Penanggulangan balita gizi kurang dilakukan dengan pemberian makanan tambahan (PMT) (Helmi et al., 2024)

Formula yang diberikan pada penderita gizi buruk mengacu pada standar WHO yang terdiri dari susu, minyak, gula, tepung, dan air. PMT yang diberikan

selain formula WHO, yaitu formula modifikasi berupa formula yang cukup padat energi dan protein, terdiri dari bahan yang mudah diperoleh di masyarakat dengan harga terjangkau. Untuk meningkatkan kandungan gizi, bahan-bahan tersebut dapat disubstitusi dengan bahan pangan lokal sumber protein dan vitamin A. Salah satu bahan pangan lokal yang bernilai gizi tinggi yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan makanan tambahan yang mudah dijangkau masyarakat adalah ikan patin (Sidiq et al., 2023).

Ikan patin yang telah dikenal mempunyai kandungan gizi tinggi dan baik untuk tubuh serta menjadi favorit bagi sebagian kalangan yaitu ikan patin. Daging ikan patin mudah dicerna serta memiliki kandungan protein 68.8%, lemak 5.8%, abu 3.5%, 51.3% air, kalsium, zat besi, dan mineral. Ikan patin juga bagus bagi orang yang diet garam karena memiliki kandungan sodium yang minimal (Pahlawan et al., 2017). Olahan Ikan Patin yang telah banyak di gunakan dan di berikan kepada masyarakat pada program sebelumnya adalah pemanfaatan tulang ikan patin yang diolah menjadi tepung sebagai bahan tambahan dalam pembuatan biskuit balita (Siagian et al., 2020).

Agar tidak kehilangan kandungan gizi maka proses pembuatan makanan tambahan berbahan dasar ikan patin dilakukan melalui pengukusan dan perebusan dengan mempertimbangkan waktu. Dengan cara merebus dan mengukus ikan maka kandungan gizi yang ada di dalamnya dapat dipertahankan serta tidak rusak (Mayvita, 2018); (Untari et al., 2022). Melihat potensi manfaat ikan patin dari sisi gizi bagi tumbuh kembang anak sekaligus potensi manfaat dalam pengendalian stunting melalui cara pengolahan sederhana dan bahan mudah didapat, maka tujuan pengabdian ini meliputi: (1) edukasi pemberian PMT melalui pemanfaatan olahan ikan patin menjadi pangan tambahan (2) edukasi prosedur pengolahan ikan patin untuk mempertahankan nilai gizi dan optimalisasi manfaat yang diterima dalam rangka pencegahan stunting.

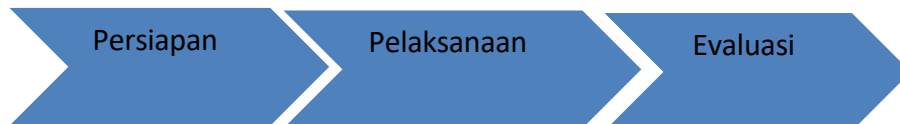
Posyandu merupakan pusat pelayanan kesehatan yang di kelola dan diselenggarakan untuk dan oleh masyarakat dengan teknis dari petugas kesehatan. Posyandu memiliki program kegiatan seperti imunisasi, kesehatan ibu dan anak, keluarga berencana, peningkatan gizi dan penanggulangan diare. Posyandu juga memiliki pelayanan khusus bagi balita yang terdiri dari penentuan status pertumbuhan, penimbangan berat badan , penyuluhan dan konseling. Posyandu memiliki fungsi penting dalam hal memantau dan menjaring status gizi balita. Sebagai alat monitoring pertumbuhan balita di gunakan Kartu Menuju Sehat (KMS) yang didalamnya terdapat pemantauan ukuran berat badan per tinggi/panjang badan (BB/TB). Tahap pemantauan pertumbuhan balita di posyandu antara lain : 1) pendaftaran balita, 2) Penimbangan berat badan balita, 3) penilaian dan pencatatan hasil penimbangan, 4) konseling.

Strategi posyandu dalam menangani dan mencegah stunting antara lain melakukan penyuluhan dan memberikan edukasi kepada ibu balita untuk mengikuti program posyandu serta memperhatikan makanan yang dikonsumsi balita adalah makanan yang bergizi dan tidak membahayakan bagi bayi dan balita. Pemerintah Republik Indonesia telah mengeluarkan kebijakan dalam PMT balita kurang gizi

yaitu dengan pemberian biscuit sebagai makanan tambahan yang di didistribusikan melalui kegiatan posyandu(Irwan, Lalu et al., 2020)

### METODE PELAKSANAAN

Pengabdian di laksanakan dengan melibatkan partisipasi mitra kegiatan sebagai subjek yang dilibatkan dalam seluruh proses, mulai dari edukasi, sosialisasi, dan praktek langsung pemberian biscuit olahan dari ikan patin pada balita. Adapun skema kegiatan pengabdian di sajikan dalam skema berikut ini :



Rincian tahap pengabdian mulai dari persiapan, pelaksanaan hingga monitoring di jelaskan dalam tabel 1 sebagai berikut :

No	Tahap Pengabdian	Rincian Kegiatan
1	Persiapan	1. Koordinasi ijin dan penentuan jadwal pelaksanaan pengabdian dengan mitra Puskesmas, FKTP yon 121 jarun B serta ibu-ibu kader di posyandu Flamboyan 2. Menyiapkan tempat dan mengumpulkan bahan yang dibutuhkan
2	Pelaksanaan	1. Kegiatan diikuti oleh 50 ibu-ibu dengan balita yang hadir dalam kegiatan posyandu 2. Pengabdian diawali dengan memberikan penjelasan mengenai stunting mulai dari penyebab, ciri-ciri dan pencegahan stunting 3. Memberikan langsung pangan tambahan kepada peserta kegiatan biscuit hasil pengolahan dari ikan patin
3	Evaluasi/Monitoring	Monitoring dilakukan dengan mencatat BB awal balita yang hadir pada saat pelaksanaan dan memonitor ulang perubahan BB balita setelah 1 minggu pelaksanaan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) “Penyuluhan Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan Dalam Kegiatan Posyandu Di Desa Jaharun Galang Deli Serdang” merupakan salah satu pelaksanaan kegiatan yang bertujuan untuk memenuhi Tri Dharma Perguruan Tinggi yang dilaksanakan oleh

dosen dan mahasiswa Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Medan. Dalam kegiatan PKM Ini dilaksanakan kegiatan Yaitu :

### 1. Pengukuran TB dan BB

Sebagai langkah awal dalam kegiatan pengabdian ini, tim abdimas melakukan pencatatan, pengukuran TB, BB balita dengan melibatkan kader posyandu dan tim kesehatan dari posyandu di Kecamatan Jaharun Galang. Kemudian membandingkan nya dengan kartu KMS balita, untuk mendeteksi resiko stunting. Dalam sesi ini tidak ditemukan adanya balita yang beresiko stunting.

Dari hasil pencatatan di dapatkan kelompok balita berdasarkan usia seperti pada table berikut :

Tabel 2. Responden/Balita dalam Kelompok Umur

Kelompok Umur Balita (Tahun)	
0-1	8
1-2	9
2-3	11
3-4	10
4-5	12
Total	50

### 2. Pelaksanaan penyuluhan

Dalam Sesi ini ibu balita di berikan penjelasan terkait pengertian stunting, ciri-ciri serta pencegahan stunting. Selain itu sebelum dan sesudah pemberian materi ibu balita di berikan lembar quesioner yang berisi tentang pengetahuan tentang stunting yang berisi 40 pertanyaan . Didapatkan hasil sebelum dan sesudah terlihat pada table berikut ini :

Tabel 3. Tingkat pengetahuan Ibu sebelum dan sesudah penyuluhan

Tingkat Pengetahuan			
Sebelum		Sesudah	
Sangat Baik	0	Sangat Baik	40%
Baik	40 %	Baik	60%
Kurang	60%	Kurang	0

Sesudah pemberian penyuluhan Tingkat pengetahuan ibu balita meningkat yaitu sangat baik 20 orang (40%) dan Baik 30 orang (60%) dari sebelumnya yaitu tingkat pengetahuan baik 20 orang (40%) dan tingkat pengetahuan kurang30 (60%).

### 3. Pemberian makanan Tambahan

Dalam sesi ini seluruh balita di berikan makanan tambahan dalam bentuk Cookies dalam olahan ikan patin. Dan setiap ibu diberi kesempatan untuk memberikan langsung kepada balita kemudian mengisi form evaluasi terkait rasa, tekstur, serta saran.

#### 4. Monitoring

Sesi ini dilakukan satu bulan berikutnya untuk mengevaluasi TB, BB balita. Dan di dapatkan hasil TB dan BB balita mengalami Peningkatan BB.

#### KESIMPULAN

Salah satu upaya pencegahan stunting pada balita di desa Jaharun Deli Serdang adalah dengan pemanfaatan kearifan lokal dengan PMT dari olahan ikan patin. Dari hasil PKM di peroleh adanya peningkatan pengetahuan ibu balita tentang stunting dan upaya pencegahan. Disamping itu adanya kesadaran dari setiap keluarga untuk meningkatkan kemampuan pemanfaatan lahan pekarangan belakang rumah untuk budidaya ikan patin. Berikut ini adalah dokumentasi kegiatan selama Kegiatan PKM.



(Gambar. 1: Pendaftaran )



(Gambar 2 : Pengukuran TB dan Penimbangan BB)



Gambar 3. Penyuluhan



Gambar 4. PMT Cookies



Gambar 5. Pembagian PMT

## DAFTAR PUSTAKA

- Fajar, S. A., Anggraini, C. D., & Husnul, N. (2022). Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan Pada Status Gizi Balita Puskesmas Citeras Kabupaten Garut.” *The effectiveness of supplementary feeding on the nutritional status of Puskesmas Citeras Garut Regency*. 1(1), 30–40. <https://doi.org/10.37058/nsj.v1i1.5975>
- Iskandar. (2017). Terhadap Status Gizi Balita ( Effect of supplementary feeding modification on nutritional status of toddler ). 2(November), 120–125.
- Kesehatan, K. (2020). *Buku saku pencegahan dan tata laksana gizi buruk pada balita di layanan rawat jalan*
- Helmi, M., Affrian, R., Studi, P., Publik, A., Tinggi, S., & Administrasi, I. (2024). Efektivitas Program Pemberian Makanan Tambahan ( PMT ) Pada Anak Stunting Di Desa Halubau Utara Kecamatan Paringin Selatan. *Jurnal Kebijakan Publik*, 1(4), 1026–1037. <https://ejurnal.stiaamuntai.ac.id/index.php/PPJ/article/view/858>
- Irwan, Lalu, N. A. S., Ilmu, F., & Gorontalo, U. N. (2020). Pemberian PMT Modifikasi Berbasis Kearifan lokal Pada Balita Stunting Dan Gizi Kurang Provision Of Modification Pmt Based On Local Wisdom To Stunting TODDLERS AND.
- Jayanti, R., Yanuaringsih, G. P., Olivia, N., Jundapri, K., & Ariandini, S. (2021). Determinants of Stunting in Indonesian Toddlers. 15(3), 3954–3959.
- Mayvita, R. Z. dan P. A. (2018). Diversifikasi Produk Olahan Berbasis Ikan Patin Sebagai Potensi Usaha Bagi Panti Asuhan Al Amin Dan Sultan Suriansyah Banjarmasin. 4(1).
- Sidiq, S. S., Nur, D., Zulfa, A., Alhazra, M. R., Reski, M., Pratama, D. W., Rahmasari, R., Alfianti, N., Rufini, A., Sugiyanto, S., Riau, U., Widya, K. B., Hr, J., Km, S., & Pos, I. K. (2023). Pengolahan Ikan Patin Sebagai Makanan Tambahan Dalam Pencegahan Stunting. 7(4), 600–608.