

Original Research Paper

Inovasi “SOYAM” (Bakso Bayam) Menjadi Makanan Pengganti Air Susu Ibu (MPASI) Sebagai Pencegahan Stunting di Desa Penedagandor Kecamatan Labuhan Haji Kabupaten Lombok Timur

Ahmad Jupri^{1*}, Dewi Andriani², Milatul Hamilah³, Eka Sunarwidi P⁴, Tapaul Rozi⁵, Wardatul Jannah⁶, Pahmi Husain⁷

¹ Prodi Ilmu Lingkungan, FMIPA, Universitas Mataram

² Prodi Ilmu Hukum, FH, Universitas Mataram

³ Prodi Agribisnis, FAPERTA, Universitas Mataram

⁴ Prodi Biologi FMIPA Universitas Mataram

⁵ Prodi Ilmu Peternakan Fak. Peternakan Universitas Mataram

⁶ Prodi Teknik Lingkungan Fakultas Teknik UNU Mataram

⁷ Prodi Biologi FMIPA Universitas NW Mataram

DOI : <https://doi.org/10.29303/jpmipi.v6i2.3116>

Sitasi: Jupri, A., Andriani, D., Hamilah, M., Sunarwidi P, E., Rozi T., Jannah, W., & Husain, P. (2023). Inovasi “SOYAM” (Bakso Bayam) Menjadi Makanan Pengganti Air Susu Ibu (MPASI) Sebagai Pencegahan Stunting di Desa Penedagandor Kecamatan Labuhan Haji Kabupaten Lombok Timur . *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 6(2)

Article history

Received: 05 Maret 2023

Revised: 18 April 2023

Accepted: 25 April 2023

*Corresponding Author:
Ahmad Jupri, Prodi Ilmu
Lingkungan, FMIPA,
Universitas Mataram,
Mataram, Indonesia; Email:
juprizikril@gmail.com

Abstract: Spinach is a plant that has not been utilized optimally in fulfilling children's nutrition in preventing stunting. Spinach is a good source of protein, a source of energy, a source of vitamins, β -carotene, and carbohydrates. The targets for the implementation of the MPASI Demo Program in Penedgandor Village are BGM children (Under the Red Line), and posyandu cadres in each hamlet in Penedagandor Village. Each Cadre brings 5 BGM children. So that the total number of BGM children is 25 people and 5 posyandu cadres. Penedagandor Village is a village that cultivates various green vegetables, but the utilization is still not maximized, only sold to the market or for personal consumption. This work program is carried out with stages of activity, namely observation, counseling on the main ingredients of spinach meatballs, and demonstrations of processing spinach into economic products and complementary foods (MPASI) and PMT. The result of the work program carried out in the Penedagandor village is a product in the form of spinach meatballs which has economic value and high nutrition.

Keywords: Spinach, Spinach Meatball, Child Nutrition, Stunting.

Pendahuluan

Desa Penedagandor merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Labuhan Haji, Kabupaten Lombok Timur dengan jumlah penduduk sebanyak 3.169 jiwa. Typologi wilayah Desa Penedagandor merupakan Desa dengan luas wilayah 450 Ha yang terdiri dari Tanah

Pemukiman 178.75 Ha Tanah Sawah Irigasi Setengah Tehnis 243,25 Ha Tanah Sawah Tadah Hujan 5.00 Ha Jalan Sungai dan Kuburan 23.00 Ha Jarak ke Ibu kota Propinsi \pm 60 km, sedangkan jarak ke Ibukota Kabupaten \pm 7 Km dan merupakan desa yang berada di wilayah kecamatan Labuhan Haji dengan jarak ke Kantor Kecamatan \pm 2 Km. Kepedulian masyarakat terhadap pelayanan kesehatan (puskesmas) masih

kurang. Intervensi terkait masalah kesehatan, utamanya kesehatan anak dalam kecukupan gizi belum banyak ditemukan di Desa Penedagandor. Akibatnya, stunting menjadi masalah kesehatan utama terkait pemenuhan gizi anak. Berdasarkan data dari Puskesmas Labuhan Haji pada tahun 2022 jumlah balita yang mengalami stunting di Desa Penedagandor adalah 10 jiwa. Di Desa Penedagandor, terdapat 123 balita yang memiliki tubuh pendek dan 5 balita memiliki tubuh sangat pendek. Pada status gizi balita di desa Penedagandor terdapat 28 balita kurus, 9 balita sangat kurus, dan 4 balita memiliki status gizi gemuk.

Kahfi (2015) menyatakan bahwa anak yang mengalami stunting disebabkan karena perilaku orangtua yang kurang baik seperti perilaku pemberian ASI Eksklusif, pemberian MPASI, penyiapan dan penyajian makanan, pencarian pelayanan kesehatan serta perilaku hygiene dan sanitasi lingkungan yang kurang baik. Perilaku ini disebabkan karena pengetahuan gizi dan motivasi memanfaatkan pelayanan kesehatan yang kurang dari orangtua. Jika tidak ditangani dengan baik, anak yang mengalami stunting akan memiliki tingkat kecerdasan yang rendah, penurunan fungsi imun, perubahan metabolik, penurunan perkembangan 3 motorik dan berisiko mengalami obesitas, penyakit jantung koroner, hipertensi, osteoporosis serta penurunan produktivitas (WHO, 2012). Disamping berisiko pada hambatan pertumbuhan fisik dan kerentanan terhadap penyakit, stunting juga dapat menghambat perkembangan kognitif yang akan berpengaruh pada kecerdasan dan produktivitas anak di masa depan (Citrakesumasari dkk., 2020).

Sayur bayam merupakan jenis sayuran yang memiliki manfaat yang sangat baik untuk kesehatan, karena dalam kandungan bayam terdapat banyak gizi dan vitamin yang bermanfaat untuk tubuh. Bayam sendiri mudah ditemukan karena harganya yang murah dan masa panen yang terbilang cepat. Banyak masyarakat yang menyukai jenis sayuran ini karena dipercaya memberikan khasiat untuk anak dan ibu menyusui. Hal itu dapat dibuktikan dengan takaran komposisi pada minuman susu formula untuk anak dan susu formula untuk ibu menyusui, dimana komposisi pada susu formula anak terdapat zat besi, kalium, kalsium yang tentunya terdapat dalam kandungan bayam. Menurut Drs. Raden Prasjojo Sudomo. APU

(Ahli Penelitian Umum) seorang ahli peneliti umum bidang hortikultura menyebutkan bahwa “memang benar bayam itu memiliki kandungan yang baik untuk khasiat anak dan ibu menyusui karena pada dasarnya, bayam memiliki kandungan gizi yang terdapat pada takaran komposisi susu formula untuk anak dan ibu menyusui, seperti kalsium, kalium, zat besi, dll”. Akan tetapi bayam juga memiliki dampak buruk bagi kesehatan jika dari cara pengolahannya tidak benar. Karena sayuran ini hanya bisa dikonsumsi untuk satu kali dan tidak boleh memanaskan kembali sayur yang sudah masak.

Pemanfaatan tanaman bayam hanya dikenal sebagai salah satu menu makanan. Untuk menaikkan nilai ekonomis tanaman bayam penulis mencoba membuat alternatif dengan mengolah daun bayam menjadi kreasi olahan yang dapat disukai oleh konsumen khususnya pada balita, yaitu bakso bayam (SOYAM).

Dengan melihat permasalahan tersebut, penulis ingin memberikan makanan yang mempunyai kualitas, khasiat, cita rasa yang tinggi, dan aman dikonsumsi oleh masyarakat khususnya pada balita. Sehingga SOYAM dapat menjadi alternatif camilan sehat dan juga dapat menjadi inovasi kreasi olahan daun bayam untuk mencegah stunting. Kegiatan Demo MPASI ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan stunting, salah satunya melalui penyajian menu makanan sehat dan bergizi dengan memanfaatkan tanaman bayam. Diharapkan melalui kegiatan ini, masyarakat dapat mengolah tanaman bayam menjadi kreasi olahan yang disukai oleh masyarakat, meningkatkan nilai ekonomis dari tanaman bayam, serta masyarakat bisa hidup sehat dengan cara mengonsumsi makanan yang bergizi.

Tujuan umum dari kegiatan Demo MPASI adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dan ibu Baduta dalam mengolah makanan anak. Tujuan khusus dari kegiatan ini adalah :

1. Tersedianya panduan pelatihan pengolahan makanan anak baduta
2. Tersedianya resep makanan anak baduta yang bersumber dari bahan pangan lokal
3. Terjadinya peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta pelatihan.

Metode Pelaksanaan

Tempat dan Waktu

Tempat pelaksanaan Demo MPASI yaitu di Dusun Repok Desa Penedagandor Kecamatan Labuhan Haji Kabupaten Lombok Timur Propinsi Lombok Timur. Waktu pelaksanaan program ini yaitu pada tanggal 29 Juli 2022 pukul 08.00-10.00 WITA.

Khalayak Sasaran

Sasaran pelaksanaan Demo MPASI di Desa Penedagandor ini yaitu kelompok anak BGM (Bawah Garis Merah) dan kader posyandu. Masing-masing Kader membawa 5 anak BGM. Sehingga total anak BGM yaitu berjumlah 25 orang dan 5 orang kader posyandu. Desa Penedagandor merupakan desa yang membudidayakan berbagai sayuran hijau salah satunya bayam, tetapi pemanfaatan masih belum maksimal. Hanya dijual ke pasar atau di konsumsi pribadi.

Metode Pelaksanaan

Bahan dan Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi. Ceramah dan tanya jawab dilakukan pada saat proses pelatihan teori. Metode demonstrasi pengolahan makanan dilakukan ketika praktik mengolah makanan anak baduta. Kegiatan ini melibatkan ahli gizi dan mahasiswa yang berbagi tugas sebagai fasilitator, pembimbing praktik dan demonstrasi serta kepanitiaan. Bahan dan alat yang digunakan untuk menunjang pelaksanaan pelatihan ini yaitu modul pelatihan, speaker aktif, kertas plano, kompor dan tabung gas, bahan makanan, peralatan makan dan peralatan memasak.

Hasil dan Pembahasan

Sebelum melakukan Demo MPASI para anggota KKN mempersiapkan segala keperluan bahan, menyusun skenario dan materi, dan berlatih melakukan Demo MPASI. Kegiatan Demo MPASI bertujuan untuk meningkatkan wawasan dan menumbuhkan kewaspadaan ibu agar tidak memberikan MPASI (Makanan Pendamping Air Susu Ibu) secara dini (anak berusia di bawah enam bulan). MPASI seminimal mungkin hanya boleh diberikan kepada bayi berusia empat bulan apabila terdapat kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan hanya dengan mengonsumsi ASI. Demo MPASI dilaksanakan di rumah Kepala

Dusun Repok pada tanggal 29 Juli 2022. Acara dimulai dengan melakukan registrasi, setiap kader dan peserta yang mewakili desa-desa diminta untuk mengisi buku presensi yang telah disediakan.

Kegiatan Demo MPASI dilaksanakan dengan memberikan materi mengenai permasalahan gizi anak balita, pentingnya asupan gizi pada balita, permasalahan dalam pemberian makan balita dan metode MPASI. Peserta tampak antusias menyimak materi dan memiliki keingintahuan yang cukup besar tentang materi yang disampaikan. Hal ini terlihat dari banyaknya intrupsi berupa pertanyaan langsung yang disampaikan oleh peserta saat narasumber menyampaikan materi untuk mempertajam pemahaman peserta.



Gambar 1. Registrasi peserta



Gambar 2. Pembukaan acara

Materi disampaikan oleh ibu Marsha yaitu seorang ahli gizi. Materi yang disampaikan antara lain pengertian MPASI, tujuan MPASI, bahan-bahan makanan yang digunakan untuk membuat MPASI, frekuensi MPASI, dan pemberian MPASI sesuai dengan umur balita. Selama Demo MPASI berlangsung, ibu-ibu kader antusias untuk mengikuti. Ibu-ibu aktif dalam menjawab dan bertanya. Mereka menyampaikan bahwa

sebelumnya mereka tidak pernah melihat praktik Demo MPASI seperti ini dan tertarik untuk menerapkan di posyandu masing-masing. Setelah penyampaian materi oleh ahli gizi, selanjutnya dilakukan praktik/demo memasak MPASI. Dalam praktik ini, peserta telah dibagikan resep menu inovasi Soyam. Pelaksanaan praktik masak ini didemokan langsung oleh mahasiswa KKN di depan peserta.



Gambar 3. Praktik masak Soyam

Bahan pangan lokal yang diberikan dalam resep adalah bersumber dari potensi bahan pangan lokal yang banyak tersedia di Desa Penedagandor dengan harga yang terjangkau antara lain ikan laut, tahu, telur dan sayur mayur seperti bayam.

Berikut ini adalah bahan-bahan yang diperlukan dalam pembuatan SOYAM (Bakso Bayam) :

- 250 gram ($\frac{1}{4}$ kg) ikan tengiri
- 1 biji tahu
- Daun bayam
- 1 Butir telur
- 50 gram (3 sdm) tepung tapioca/kanji
- 17 gram (1 sdm) tepung terigu
- 4 siung bawang putih yg digoreng kering
- 4 siung bawang merah yg digoreng kering
- Irisan daun bawang & saledri
- 1 sdt merica
- 1 sdt garam
- Kaldu ayam/sapi secukupnya
- 1 buah jeruk nipis

Alat yang digunakan dalam pembuatan SOYAM (Bakso Bayam) adalah sebagai berikut :

- Kompor
- Panci
- Baskom atau wadah
- Blender
- Pisau
- Saringan
- Piring
- Sendok

Cara pembuatan :

1. Siapkan daging ikan laut tanpa tulang. Potong kecil-kecil, lalu rendam menggunakan perasan jeruk nipis.
2. Giling ikan tersebut kemudian campurkan dengan tahu, bayam, bawang putih dan bawang merah yang sudah digoreng kering.
3. Kemudian masukkan ke dalam wadah, tambahkan tepung, garam, merica, kaldu, irisan daun bawang/saledri. Diaduk rata.
4. Panaskan air dalam panci untuk merebus bakso.
5. Bulatkan bakso kemudian masukkan ke dalam air mendidih.
6. Apabila bakso muncul di permukaan atas air (terapung), menandakan bakso sudah matang dan siap ditiriskan ke piring.





Gambar 4. Proses praktik pembuatan Soyam

Keberhasilan Kegiatan

Berdasarkan hasil dari pengabdian masyarakat yang dilakukan sejak bulan Juni hingga Agustus di Desa Penedagandor Kecamatan Labuan Haji Kabupaten Lombok Timur kelompok KKN telah mampu mengolah bayam menjadi produk olahan berupa SOYAM (bakso bayam). Program pembuatan SOYAM ini juga membuat masyarakat mendapatkan pengetahuan serta keterampilan yang baru mengenai pengolahan sayur mayur seperti daun bayam serta manfaatnya bagi kesehatan. Antusias ibu-ibu kader dan ibu yang memiliki anak BGM dalam mengikuti kegiatan Demo MPASI sangat baik, mereka menyampaikan bahwa akan mencoba melaksanakan kegiatan yang serupa saat pelaksanaan posyandu di bulan mendatang. Adapun kendala yang ditemui hanya terkait keterlambatan peserta sehingga kondisi ini sedikit mengganggu jalannya acara. Dikhawatirkan bagi peserta yang datang terlambat tidak dapat menangkap keseluruhan informasi yang diberikan. Namun, secara keseluruhan praktik Demo MPASI berjalan lancar tanpa kendala yang berarti.



Gambar 5. Sesi foto bersama

Kesimpulan

Program yang telah dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Penedagandor khususnya teman-teman KKN UNRAM mengenai manfaat dari sayur mayur seperti daun bayam. Kelompok KKN dan warga Desa Penedagandor telah mampu membuat produk SOYAM yang berdampak pada meningkatnya potensi ekonomi desa dan meningkatkan gizi anak di Desa Penedagandor. Penerapan teknologi peningkatan bahan pangan menjadi salah satu alternatif pemecahan masalah masyarakat akan kebutuhan status nutrisi pada anak dan meningkatkan perekonomian warga.

Berdasarkan hasil evaluasi diketahui bahwa secara umum kegiatan yang telah dilaksanakan telah mencapai tujuan umum yang ditetapkan yaitu meningkatnya pengetahuan dan keterampilan kader dan ibu anak BGM dalam mengolah makanan anak. Secara khusus capaian dari kegiatan adalah tersusunnya pedoman pelatihan pengolahan makanan anak, tersusunnya resep makanan anak dan terjadinya peningkatan pengetahuan.

Untuk membentuk perilaku gizi yang baik pada keluarga diperlukan waktu yang lama sehingga perlu dilakukan kegiatan pendampingan keberlanjutan yang bersifat kontinu, oleh karena itu diharapkan kader dan para ibu yang telah mengikuti kegiatan dapat menjalankan perannya secara terus menerus khususnya dalam membina sasaran dalam hal penerapan gizi seimbang. Selain itu, perlu pembinaan berkelanjutan kepada kader dan para ibu agar memperoleh pembaruan pengetahuan dan keterampilan khususnya yang berkaitan dengan penerapan gizi seimbang agar mempunyai bekal yang cukup dalam memberdayakan gizi keluarga.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada LPPM Universitas Mataram, Mitra Ibu Kader Desa Penedagandor, Mitra Ibu PKK Desa Penedagandor, Kepala Desa Penedagandor, Sekretaris Desa Penedagandor, Warga Masyarakat Desa Penedagandor, atas bantuannya selama Pengabdian Desa Binaan ini dilaksanakan.

Daftar Pustaka

- <https://docplayer.info/222306661-Selayang-pandang-desa-penedagandor-kecamatan-labuhan-haji-kabupaten-lombok-timur.html>
https://elib.unikom.ac.id/files/disk1/619/jbptunikom_pp-gdl-jamaluddin-30944-10-unikom_j-i.pdf
https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrXgqrzLelifCYAuR33RQx.;_ylu=Y29sbwMEcG9zAzEEEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1659477620/RO=10/RU=http%3a%2f%2fopenjurnal.unmuhpnk.ac.id%2findex.php%2falkhidmah%2farticle%2fdownload%2f2401%2fdf/RK=2/RS=mj3San7IfT7YANNx6.o57RnZlrc-
- Nurkomala, S., Nuryanto, N., & Panunggal, B. (2018). *Praktik Pemberian Mpasi (Makanan Pendamping Air Susu Ibu) Pada Anak Stunting Dan Tidak Stunting Usia 6-24 Bulan* (Doctoral dissertation, Diponegoro University).
- Septiyono, E. A., Dwi, M. N., & Puspita, A. A. (2021). KERIPIK KELOR (Moringa oleifera) SEBAGAI PRODUK UNGGULAN DESA KLAMPOKAN, BONDOWOSO, JAWA TIMUR DALAM MENCEGAH STUNTING. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 5(3), 274-281.