

Original Research Paper

Optimalisasi Tanaman Kelor Dan Ikan Laut Sebagai Penanggulangan Stunting Di Desa Apitaik, Kec. Pringgabaya, Kab. Lombok Timur

Fathin Aliyya Alfiani¹, Muhjirin², Wahida Laesti³, Hairul Ummah⁴, Sesi Safitri Liani⁴, Riza Azroril⁴, Saskia Putri Damayanti⁵, Ahmad Ruly Ismulhadi⁶, Clougia Charolin Selung⁷, Nilul Irfana Sastrawan⁷

¹Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Mataram, Indonesia

²Program Studi Ilmu Ekonomi Studi Pembangunan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Mataram, Indonesia

³Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Mataram, Indonesia

⁴Program Studi Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Mataram, Indonesia

⁵Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mataram, Indonesia

⁶Program Studi Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mataram, Indonesia

⁷Program Studi Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Mataram, Indonesia

DOI : <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v6i3.4629>

Sitasi: Alfiani, F. A., Muhjirin., Laesti, W., Ummah, H., Liani, S. S., Azroril, R., Damayanti, S. P., Ismulhadi, A. R., Selung, C. C., & Sastrawan, N. I. (2023). Optimalisasi Tanaman Kelor Dan Ikan Laut Sebagai Penanggulangan Stunting Di Desa Apitaik, Kec. Pringgabaya, Kab. Lombok Timur. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 6(3)

Article history

Received: 30 Mei 2023

Revised: 30 Juni 2023

Accepted: 14 Juli 2023

*Corresponding Author: Fathin Aliyya Alfiani, University of Mataram/Department of Pharmacy, Mataram, Indonesia; Email: aliyyaalfiani@gmail.com

Abstract: Stunting is a condition of failure to thrive in children due to a lack of nutrition. The Asian Development Bank (ADB) reports that the prevalence of children with stunting in Indonesia under five years of age (toddlers) is the second highest in Southeast Asia where the prevalence reaches 31.8% in 2020 and is based on data from the NTB Provincial Government and the Population and Until 2020, the National Family Planning Program (BKKBN) recorded a stunting rate of 39.1% in NTB. One area in NTB that has a fairly high stunting rate is Apitaik Village, East Lombok Regency. Stunting is a problem in Apitaik Village and based on the results of a field survey in Apitaik Village it shows that the level of public health is still low. This can be observed based on the habits of the people who are still low in adopting a healthy lifestyle, such as the low awareness of consuming a balanced diet, especially among pregnant women, nursing mothers, toddlers and children. Based on the problems that exist in Apitaik Village, Pringgabaya District, this KKN activity carries the title Optimization of moringa plants and sea fish as stunting prevention in Apitaik Village. The aim of this KKN is to grow and instill knowledge and public awareness about the importance of a clean and healthy life by paying attention to consumption patterns, environmental hygiene and increasing public understanding of stunting.

Keywords: Stunting, Healthy food, Apitaik Village

Pendahuluan

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh mahasiswa dengan pendekatan lintas keilmuan dan sektoral pada waktu dan daerah tertentu di

Indonesia. KKN juga merupakan salah satu suatu kegiatan pengaplikasian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, yaitu pendidikan, penelitian, serta pengabdian kepada masyarakat. Sebagai calon sarjana untuk dapat memanfaatkan sebagian waktu belajar dan menyumbangkan pengetahuan dan ilmu yang telah diperoleh secara langsung dalam

membantu mengatasi permasalahan yang ada di desa.

Stunting pada balita merupakan dampak dari kurang gizi kronis terutama selama seribu hari pertama kehidupan. Dampak dari stunting tidak hanya menimbulkan gangguan perkembangan fisik anak, tetapi juga menyebabkan penurunan kemampuan kognitif dan motorik sehingga akan terjadi penurunan performa kerja dimasa yang akan datang. Pada anak stunting rerata skor *Intelligence Quotient* (IQ) sebelas poin lebih rendah dibandingkan rerata skor IQ pada anak normal, gangguan tumbuh kembang pada anak akibat kekurangan gizi kronis bila tidak mendapatkan intervensi yang tepat sejak dini akan berlanjut hingga dewasa (Eko Setiawan dkk., 2018). Bank Pembangunan Asia (*Asian Development Bank/ADB*) melaporkan prevalensi anak penderita stunting di Indonesia usia di bawah lima tahun (balita) merupakan yang tertinggi kedua di Asia Tenggara. Prevalensinya mencapai 31,8% pada 2020. Prevalensi balita pendek di Indonesia termasuk dalam kategori prevalensi tinggi. Bahkan, Indonesia bagian timur sudah masuk dalam kategori sangat tinggi dengan prevalensi 40%. Prevalensi pendek pada anak usia di bawah dua tahun di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 29,9%, sedangkan di NTB sebesar 33,49%. Berdasarkan data tersebut, saat ini Indonesia sedang mengalami masalah kesehatan masyarakat yang berat dalam kasus balita stunting.

Apitaik adalah salah satu desa yang terletak di kecamatan pringgabaya, Kabupaten Lombok Timur, Provinsi Nusa Tenggara Barat, Indonesia. Stunting menjadi permasalahan yang ada di Desa Apitaik. Hasil survey yang kami lakukan di Desa Apitaik menunjukkan bahwa permasalahan stunting masih ditangani dan tingkat kesehatan masyarakat masih rendah. Hal ini dapat dilihat berdasarkan kebiasaan masyarakat yang masih rendah dalam menerapkan pola hidup sehat, seperti masih rendahnya kesadaran mengkonsumsi makanan seimbang terutama pada ibu hamil, ibu menyusui, balita dan anak-anak.

Berdasarkan permasalahan yang ada di desa Apitaik kecamatan Pringgabaya, kegiatan KKN ini mengusung judul "Optimalisasi Tanaman Kelor dan Ikan Laut Sebagai Penanggulangan Stunting di Desa Apitaik". Tujuan dari KKN ini untuk menumbuhkan dan menanamkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat tentang pentingnya hidup

bersih dan sehat dengan memperhatikan pola konsumsi, kebersihan lingkungan dan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang stunting.

Metode

Program sosialisasi pembuatan makanan sehat berupa nugget dengan bahan utama ikan laut dan kelor merupakan program kerja utama dari program kerja kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) Universitas Mataram yang dilaksanakan di Desa Apitaik, Kecamatan Pringgabaya, Kabupaten Lombok Timur. Pelaksanaan program kerja ini dilakukan dengan beberapa tahapan, yakni tahap persiapan, tahap pembuatan nugget ikan laut dan kelor, dan tahap pelaksanaan program kerja.

1. Persiapan

Pada tahap ini dilakukan pengumpulan informasi dan data mengenai permasalahan yang ada di Desa Apitaik, berikut cara penyelesaian masalah dan potensi apa saja di Desa Apitaik yang dapat dikembangkan untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang ada. Pengumpulan informasi dan data ini dilakukan dengan mewawancarai pihak terkait seperti kader posyandu dan perangkat Desa Apitaik

2. Pembuatan Nugget

Alat-alat yang digunakan pada pembuatan nugget ini adalah pisau, sendok, spatula, wajan, kompor, talenan, wadah adonan, dan timbangan.

Bahan-bahan yang digunakan antara lain ikan laut (sesuai selera) 1kg, kelor kering yang telah dihaluskan (5-10gr), tepung tapioka (13 sendok), tepung panir, telur 2 butir, kaldu bubuk (1 sendok teh), gula (1 sendok teh), garam (1 sendok teh), lada bubuk (1 sendok teh), 5 siung bawang putih cincang

- Pisahkan duri ikan, kulit dan dagingnya, kemudian cincang halus daging ikan laut
- Campurkan semua bahan kering (tepung tapioka, gula, garam, kaldu bubuk, lada, dan kelor) aduk hingga merata
- Campurkan daging ikan yang telah dihaluskan dengan bawang putih yang telah dicincang hingga tercampur merata
- Campurkan adonan kering dan basah tadi secara perlahan sambil terus diuleni hingga kalis

- Setelah adonan kalis, bentuk adonan sesuai selera dan baluri dengan telur dan tepung panir, kemudian goreng nugget menggunakan api sedang hingga coklat keemasan

3. Pelaksanaan Program Kerja

Sosialisasi pembuatan makanan sehat nugget ikan laut dan kelor dilaksanakan dengan mengundang beberapa pihak terkait seperti kepala desa (diwakilkan oleh sekertaris desa), masing-masing kepala dusun, kader posyandu, pihak UPTDKB (ahli gizi dan bidan), dan ibu hamil. Kegiatan sosialisasi pembuatan makanan sehat dilakukan oleh kelompok KKN-T Desa Apitaik. Pada kegiatan sosialisasi dijelaskan manfaat dari ikan laut dan kelor, alat dan bahan yang dibutuhkan untuk membuat nugget ikan laut dan kelor, dan alasan mengapa ikan laut dan nugget diolah menjadi nugget.

Hasil dan Pembahasan

Sosialisasi pembuatan makanan sehat nugget ikan laut dan kelor adalah program kerja utama yang dilakukan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat Desa Apitaik dengan tujuan agar masyarakat mengetahui, memahami, dan menyadari pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang dalam usaha pencegahan stunting. Melalui sosialisasi makanan sehat ini juga diharapkan ibu hamil baik yang pertama kali maupun yang sudah memiliki anak bisa memanfaatkan dan mengolah tanaman kelor dan ikan laut yang melimpah di Desa Apitaik secara maksimal sebagai salah satu upaya perbaikan gizi dan upaya pencegahan stunting di Desa Apitaik.

Kegiatan sosialisasi pembuatan makanan sehat dilaksanakan dengan sasaran peserta ibu hamil yang ada di Desa Apitaik. Kegiatan sosialisasi ini dihadiri oleh 24 ibu hamil Desa Apitaik. Kegiatan sosialisasi berlangsung kurang lebih selama 2 jam. Produk makanan sehat yang diperkenalkan kepada masyarakat adalah Nugget ikan laut dan kelor sebagai bahan utamanya. Pada kegiatan sosialisasi ini juga dilakukan pembagian sampel olahan nugget ikan laut dan kelor yang telah dibuat. Pembagian sampel ini diharapkan dapat menjadi inspirasi bagi ibu hamil dan masyarakat mengenai pengolahan ikan laut dan kelor. Berdasarkan pengamatan yang

dilakukan setelah pemberian sampel nugget, peserta sosialisas memberikan respon yang positif terhadap rasa dari olahan nugget ikan laut dan kelor.

Olahan daun kelor yang biasa dikonsumsi masyarakat memiliki rasa yang sedikit pahit sehingga beberapa orang dan kebanyakan anak-anak tidak suka mengkonsumsi sayur kelor. Banyak anak juga kurang suka mengkonsumsi ikan laut secara langsung biasanya karena baunya yang sedikit menyengat sehingga olahan nugget ikan laut dan kelor ini diharapkan dapat meningkatkan minat masyarakat dalam mengkonsumsi kelor dan ikan laut, terutama anak-anak yang sedang dalam masa pertumbuhan.

Kelor sendiri memiliki banyak kandungan gizi yang sangat bermanfaat, seperti kalsium, kalium, zat besi, Vitamin A, Vitamin C, karbohidrat, dan protein (Krisnandi, 2015). Sementara itu ikan laut memiliki kandungan yang sangat luar biasa dan sangat bermanfaat untuk membantu tumbuh kembang anak-anak. Adapun kandungan dari ikan laut yakni protein, asam lemak omega-3, hingga vitamin serta mineral, seperti vitamin B kompleks, vitamin D, zat besi, kalsium, selenium, dan zinc.

Kesimpulan

Program kerja sosialisasi pembuatan makanan sehat nugget ikan laut dan kelor yang sudah dilaksanakan ini, diterima dengan baik dan antusias oleh peserta sosialisasi. Program kerja ini bisa membantu permasalahan stunting yang ada jika terus diterapkan oleh masyarakat.

Daftar Pustaka

- Eko, Setiawan. 2018. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018*. Diploma thesis, Universitas Andalas.
- Krisnandi, A. D. 2015. *Kelor Super Nutrisi*. Pusat informasi dan Pengembangan Tanaman Kelor Indonesia : Blora .