

Original Research Paper

Implementasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat: Sosialisasi Stunting dan Pembuatan Nugget Ikan pada Masyarakat Desa Menceh Kecamatan Sakra Timur Kabupaten Lombok Timur

Rizka Dwi Azhahra^{1*}, Ferza Ayu Saputri², Khairil Wahyudi³, Diyah Putri Hafirah⁴, Agung Sugra⁵, Ria Zulfa⁶, Fitri Herbianti⁷, Asri Andewy⁸, Hardyanto Rahman⁹, Muhammad Wahyu Ramadhan⁹, Muhammad Zuhdi¹⁰

¹Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia; ²Program Studi Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia;

³Program Studi Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia; ⁴Program Studi Ilmu Kelautan, Fakultas Pertanian, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia; ⁵Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Hukum, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia;

⁶Program Studi Pendidikan Kimia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia;

⁷Program Studi Pendidikan Matematika, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia;

⁸Program Studi Pendidikan Kewarganegaraan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia;

⁹Program Studi Pendidikan Sosiologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia;

¹⁰Program Studi Pendidikan Fisika, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia;

DOI : <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v7i1.7434>

Sitasi: Azhahra, R. D., Saputri, F. A., Wahyudi, K., Hafirah, D. P., Sugra, A., Zulfa, R., Andewy, A., Rahman, H., Ramadhan, M. W., & Zuhdi, M. (2024). Implementasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat: Sosialisasi Stunting dan Pembuatan Nugget Ikan pada Masyarakat Desa Menceh Kecamatan Sakra Timur Kabupaten Lombok Timur. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA* 7(1)

Article history

Received : 05 Januari 2024

Revised: 02 Maret 2024

Accepted: 25 Maret 2024

*Corresponding Author: Rizka Dwi Azhahra, Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Mataram, Indonesia; Email: dwiazahhra07@gmail.com

Abstract: Stunting and malnutrition are still serious problems in Indonesia. Integrated handling from various sectors is needed to reduce the number of stunting cases. Menceh Village, East Sakra Sub-district, East Lombok Regency, has a majority population of farmers and fishermen. Through Community Service (KKN) activities, we adopted the innovation of making fish nuggets as a local solution to improve nutritional status and reduce the risk of stunting. Counseling and demonstrations were conducted to improve community understanding and skills related to stunting and fish nugget making. The results showed participants' enthusiasm and increased understanding of nutrition and healthy practices.

Keywords: Stunting; Nutrition; Fish nuggets; community service; Counseling

Pendahuluan

Stunting merupakan kondisi di mana pertumbuhan anak terhambat, sehingga tinggi

badannya tidak sesuai dengan usianya, akibat kekurangan gizi kronis dalam jangka waktu yang lama. Di Indonesia, stunting masih menjadi masalah serius yang memerlukan perhatian bersama dari semua pihak. Oleh karena itu, Pemerintah

Indonesia telah menjadikan penanganan stunting sebagai program prioritas nasional. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan upaya terintegrasi dari berbagai sektor guna mengurangi jumlah kasus stunting yang terus meningkat (Rahman dkk., 2023).

Stunting tidak hanya merujuk pada masalah gangguan pertumbuhan fisik semata, namun juga berdampak pada rentan terhadap penyakit dan menghambat perkembangan kognitif anak. Kondisi ini menjadi ancaman serius terhadap kualitas sumber daya manusia di Indonesia (Khairin, 2020). Dalam Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting, stunting didefinisikan sebagai gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis serta infeksi yang berulang. Gejalanya dapat terlihat melalui ketidaknormalan pada tinggi atau panjang badan anak, yang tidak sesuai dengan standar yang telah ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan.

Peningkatan kualitas kehidupan masyarakat pedesaan, terutama dalam hal kesehatan dan gizi, menjadi fokus yang sangat penting dalam upaya pembangunan di Indonesia. Desa Menceh, yang terletak di Kecamatan Sakra Timur, Kabupaten Lombok Timur, Provinsi Nusa Tenggara Barat, tidak terkecuali dari tantangan-tantangan tersebut. Mayoritas penduduknya terdiri dari petani dan nelayan, yang mencerminkan ketergantungan mereka pada sumber daya alam setempat. Salah satu permasalahan krusial yang dihadapi adalah tingginya angka pernikahan usia anak. Fenomena ini tidak hanya melanggar hak-hak anak, tetapi juga menimbulkan dampak yang luas, termasuk risiko tinggi terhadap stunting pada anak balita.

Dalam upaya mengatasi tantangan ini, sebuah inovasi dalam bentuk pembuatan nugget dari ikan telah diadopsi. Hal ini didasarkan pada pemahaman akan kebutuhan akan nutrisi yang optimal bagi masyarakat pedesaan, yang mayoritas penduduknya merupakan petani dan nelayan. Pemanfaatan sumber daya lokal, seperti ikan, untuk menciptakan produk bernutrisi tinggi seperti nugget, diharapkan dapat memberikan solusi yang berkelanjutan dalam memperbaiki status gizi dan mengurangi risiko stunting di kalangan anak-anak.

Ikan memiliki kandungan gizi yang sangat baik, terutama dalam hal protein dan lemak. Protein yang terdapat dalam ikan dapat dengan mudah diserap oleh tubuh manusia, sementara lemaknya

mengandung kolesterol yang termasuk dalam kategori HDL. Meskipun memiliki nilai gizi yang tinggi, tidak semua orang, terutama anak-anak, menyukai ikan. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan variasi dalam olahan ikan agar lebih menarik bagi masyarakat luas. Salah satu cara yang efektif adalah dengan membuat Nugget Ikan. Nugget ikan adalah olahan daging ikan yang dicampur dengan sedikit tepung dan telur sebagai bahan dasar (Darmadi dkk., 2019). Olahan ini tidak hanya lezat tetapi juga praktis untuk disimpan dalam keadaan beku sehingga bisa dinikmati dalam jangka waktu yang lebih lama. Dengan demikian, Nugget Ikan dapat menjadi pilihan yang menarik untuk memperkenalkan ikan kepada masyarakat yang kurang menyukainya.

Oleh karena itu, pengabdian masyarakat (KKN) di Desa Menceh bertujuan untuk tidak hanya menyadarkan masyarakat akan pentingnya gizi seimbang dan pertumbuhan anak yang optimal, tetapi juga memberikan solusi praktis yang sesuai dengan kebutuhan lokal. Melalui implementasi program sosialisasi stunting dan pembuatan nugget dari ikan, diharapkan masyarakat dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya gizi serta menerapkan praktik-praktik sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan KKN di Desa Menceh adalah melalui dua tahap utama yaitu penyuluhan dan demonstrasi. Penyuluhan dilakukan sebagai langkah awal untuk menyampaikan informasi mengenai stunting, termasuk definisi, penyebab, dampaknya terhadap pertumbuhan anak, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat diambil. Materi penyuluhan disampaikan menggunakan presentasi visual dan disertai dengan diskusi interaktif untuk memastikan pemahaman yang baik oleh peserta. Selanjutnya, dilakukan demonstrasi pembuatan makanan sehat yaitu nugget ikan oleh tim KKN. Persiapan dilakukan dengan menyiapkan bahan-bahan dan peralatan yang diperlukan, seperti ikan segar, bahan pengikat, dan peralatan dapur. Proses pembuatan nugget ikan dijelaskan secara mendetail sambil melakukan demonstrasi praktis. Peserta kemudian diajak untuk mencoba membuat nugget ikan sendiri dengan bimbingan dari tim KKN

Hasil dan Pembahasan

Hasil dari kegiatan sosialisasi pencegahan stunting di Desa Menceh menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang ditunjukkan dengan adanya diskusi sederhana antara pemateri dengan peserta dan keterampilan masyarakat terkait pembuatan nugget ikan. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 13 Januari 2024, bertempat di kantor Desa Menceh yang dimulai pada pukul 08.00 – 10.30 WITA. Sebanyak 25 orang menghadiri acara tersebut, yang terdiri dari ibu kader, sekretaris desa, kepala dusun, ibu-ibu yang memiliki anak balita kurang gizi serta anaknya. Acara sosialisasi stunting dipandu oleh Ni Luh Putu Yuni Susilawati, AMG, merupakan pemateri yang diundang dari Puskesmas Lepak, Desa Surabaya, sebagai langkah strategis mengingat Desa Menceh sendiri belum memiliki fasilitas puskesmas.

Pada saat kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan minat yang tinggi dalam mengikuti penyuluhan mengenai stunting maupun dalam praktik pembuatan nugget ikan. Mereka secara aktif berpartisipasi dalam diskusi dan demonstrasi, menunjukkan antusiasme mereka dalam memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru. Rasa ingin tahu yang tinggi ditunjukkan oleh peserta yang aktif dalam diskusi (tanya jawab) dan selama proses demonstrasi pembuatan makanan sehat berlangsung.



Gambar 1. Penyampaian materi stunting

Kehadiran 25 peserta dari berbagai lapisan masyarakat desa menunjukkan tingginya minat dan kesadaran akan pentingnya masalah stunting dan gizi di masyarakat. Melalui kegiatan sosialisasi stunting yang dipimpin oleh Ni Luh Putu Yuni Susilawati, AMG., dari Puskesmas Lepak, Desa Surabaya, berbagai pihak seperti ibu kader, sekdes, kadus, dan ibu-ibu yang memiliki anak balita kurang gizi, telah diberi pemahaman yang lebih

baik dan detail tentang pentingnya gizi seimbang pada anak dan praktik pembuatan makanan sehat oleh tim KKN. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan dampak langsung pada peserta yang hadir, tetapi juga berpotensi untuk menyebarkan informasi dan keterampilan yang diperoleh ke masyarakat luas.



Gambar 2. Antusias warga dalam pembuatan makanan sehat

Dalam demonstrasi pembuatan makanan sehat yang menarik antusias peserta dapat dilihat pada gambar 2, untuk mengikuti kegiatan ini, tim KKN tidak hanya melakukan praktik sederhana namun juga menjelaskan kepada peserta terutama ibu-ibu balita yang memiliki anak kurang gizi tentang pentingnya protein hewani dalam mencegah terjadinya stunting pada anak.

Potensi ikan di Desa Menceh sangat besar namun dibutuhkan suatu inovasi pengolahan ikan tersebut agar menarik nafsu makan anak. Oleh karena itu, tim KKN membuat suatu inovasi pembuatan makanan sehat yaitu pembuatan nugget ikan. Adapun bahan yang dibutuhkan dalam pembuatan nugget ikan ialah 250 gram daging ikan, 3 butir telur, 10 bawang putih, 6 bawang merah, 2 sdt kaldu bubuk, 2 sdt garam, 1 sdt merica bubuk, 3 buah wortel, 1 sdm saus tiram, 6 sdm tepung terigu, dan 3 sdm tepung tapioka. Sedangkan alat yang dibutuhkan berupa blender, sendok, pisau, kompor, wajan, sutil, wadah, piring, mangkok, serta kompor. Cara membuat:

1. Daging ikan yang sudah dihaluskan dicampurkan dengan semua bumbu, wortel parut, terigu dan telur
2. Diaduk hingga semua tercampur merata
3. Adonan dimasukan kedalam cetakan, kemudian kukus 30 menit.
4. Setelah dikukus, angkat dan dinginkan kemudian potong kecil-kecil sesuai selera
5. Masukan nugget ikan yang sudah di potong

tadi kedalam telur, lalu baluri dengan tepung panir (tepung roti)

6. Panaskan minyak lalu goreng nugget hingga keemasan kemudian angkat
7. Nugget yang belum di goreng bisa disimpan kedalam kulkas, dan dapat digoreng jika ingin memakannya.

Gambar jenis ikan yang diolah dalam pembuatan makanan sehat yaitu nugget dari ikan di Desa Menceh Kecamatan Sakra Timur Kabupaten Lombok Timur dapat dilihat pada gambar 3 di bawah ini



Gambar 3. Jenis ikan yang diolah menjadi nugget ikan

Kesimpulan

Berdasarkan tujuan dan hasil kegiatan dari penyuluhan ini, maka dapat disimpulkan bahwa acara penyuluhan stunting dan pembuatan nugget ikan dihadiri oleh berbagai pihak penting di Desa Menceh menunjukkan tingkat dukungan dan antusiasme yang tinggi dari masyarakat setempat. Partisipasi aktif mereka dalam acara tersebut mencerminkan kesadaran akan pentingnya masalah kesehatan dan gizi, serta komitmen untuk berkolaborasi dalam mencari solusi yang berkelanjutan. Dengan melibatkan berbagai stakeholder dalam kegiatan ini, diharapkan efek positifnya dapat terus dirasakan dalam jangka panjang, tidak hanya dalam upaya mengurangi stunting tetapi juga dalam memperkuat kemandirian dan kesejahteraan masyarakat Desa Menceh secara menyeluruh.

Ucapan Terimakasih

Artikel ini ditulis berdasarkan hasil dari program KKN (Kuliah Kerja Nyata) PMD (Pemberdayaan Masyarakat Desa) di Desa Menceh berupa kegiatan sosialisasi pencegahan

stunting dan demonstrasi pembuatan makanan sehat

Daftar Pustaka

- Darmadi, N. M., Pandit, I. G. S., & Sugiana, I. G. N. (2019). Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Nugget Ikan (Fish Nugget). *Community Services Journal (CSJ)*, 2(1), 18–22.
- Khairin. (2020). *Situasi Stunting di Indonesia*. Jendela Data Dan Informasi Kesehatan.
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks*, 5(1), 8 - 12.
- Rahman, H., Rahmah, M., & Saribulan, N. (2023). Upaya Penanganan Stunting di Indonesia Analisis Bibliometrik dan Analisis Konten. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa (JIPSK)*, VIII(01), 44–59.
- Zufriady, Z., Marconi, A. P., Adam, B. I. F., Zikri, K., Darmaneva, N. R., Azizah, N. R., Limbong, P., Febrianti, R. O., Fadila, S., Sahbani, V., & Juwita, Z. (2023). Pengabdian Masyarakat Melalui Sosialisasi Pencegahan Stunting Di Desa Lubuk Agung. *Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 3(1), 2 – 5.
- Zul, F. A., Wirda, Y. D., & Ulfa, A. (2023). Sosialisasi dan Konseling Pencegahan Stunting Serta Pemberian Makanan Tambahan Berbahan Daun Kelor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society*, 2(1), 14 – 21