ISBN 978-623-7482-72-7

EDUKASI DAN PELATIHAN MENU OLAHAN IKAN DALAM UPAYA PENINGKATAN GIZI ANAK UNTUK PENCEGAHAN STUNTING PADA KELOMPOK PKK DESA BAKTISERAGA

Jasmine Masyitha Amelia[1], Made Vina Arie Paramita[2], I Made Oka Riawan[3], Kadek Ari Dwiarwati[4]

[1,3]Jurusan Biologi dan Perikanan Kelautan FMIPA UNDIKSHA, [2]Jurusan Pendidikan Dasar FIP UNDIKSHA, [4]Jurusan Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan FIP UNDIKSHA.
Email: jasmine.masyitha@undiksha.ac.id

ABSTRACT

Stunting is a condition of malnutrition that is related to past nutritional deficiencies, so it is a chronic nutritional problem. Stunting cases in Buleleng district, Bali are quite high, in 2015 there were 25.3% in 2017 as many as 29%. Meanwhile, in 2019 the stunting condition in Buleleng district was 20.05%. The impact of stunting can last until the child is an adult. One of the efforts that can be done to prevent an increase in stunting in Buleleng Regency is through education about the importance of stunting prevention. The purpose of this P2M activity is that through this activity it is expected to provide additional information for mothers regarding processing processed fish menus in an effort to improve child nutrition for stunting prevention. The results of community service activities for PKK women in Baktiseraga village have been able to increase community knowledge, understanding and skills in stunting prevention.

***Keywords**: prevention, stunting, Baktiseraga*

ABSTRAK

Stunting (kekerdilan) adalah salah kondisi malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi masa lalu sehingga termasuk dalam masalah gizi yang bersifat kronis. Kasus stunting di kabupaten Buleleng, Bali cukup tinggi, pada tahun 2015 terdapat 25,3% pada tahun 2017sebanyak 29%. Sedangkan, pada tahun 2019 kondisi stunting di kabupaten Buleleng adalah 20,05%. Dampak dari stunting dapat bertahan hingga anak tersebut dewasa. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah peningkatan stunting di Kabupaten Buleleng adalah melalui edukasi mengenai pentingnya pencegahan Stunting. Tujuan dari kegiatan P2M ini adalah melalui kegiatan ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi bagi ibu mengenai mengolah menu olahan ikan dalam upaya peningkatan gizi anak untuk pencegahan stunting. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada ibu-ibu PKK desa Baktiseraga telah mampu meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam pencegahan stunting.

***Kata Kunci:** pencegahan, stunting, Baktiseraga*

PENDAHULUAN

Stunting (kekerdilan) adalah salah kondisi malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi masa lalu sehingga termasuk dalam masalah gizi yang bersifat kronis. Kondisi tersebut dapat melalui tinggi atau panjang badan, umur, dan jenis kelamin balita. Kebiasaan tidak mengukur tinggi atau panjang badan balita di masyarakat menyebabkan kejadian stunting sulit disadari. Permasalahan stunting menjadi salah satu fokus target perbaikan gizi di dunia sampai tahun 2025 (Sutarto et al., 2018).

Kasus stunting di kabupaten Buleleng, Bali cukup tinggi, pada tahun 2015 terdapat 25,3% pada tahun 2017sebanyak 29%. Sedangkan, pada tahun 2019 kondisi stunting di kabupaten Buleleng adalah 20,05% (Diskominfosanti Kab. Buleleng, 2020). Dampak dari stunting dapat bertahan hingga anak tersebut dewasa. Berikut ini beberapa dampak yang disebabkan oleh kondisi stunting; (1) Kondisi anak dibawah rata-rata sehingga prestasi belajar tidak maksimal, (2) Sistem imun anak tidak baik, sehingga anak mudah terserang penyakit, (3) Anak akan lebih

beresiko menderita penyakit diabetes, penyakit jantung, stroke dan kanker. Berdasarkan dampak tersebut kondisi stunting ini harus dicegah. Gizi yang baik dan tubuh yang sehat dapat mencegah kondisi stunting.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah peningkatan stunting di Kabupaten Buleleng adalah melalui edukasi mengenai pentingnya pencegahan Stunting. Ibu berperan penting dalam tumbuh kembang anak, dengan mengedukasi ibu diharapkan peran ibu dalam menunjang tumbuh kenang anak dapat ditingkatkan. Ibu yang telah teredukasi dapat mulai menerapkan ilmu yang telah diterima dan mempraktekan ilmu tersebut.

Indonesia memiliki masalah gizi yang berat , hal ini terlihat dari banyaknya kasus kurang gizi pada anak balita dan anak usia masuk sekolah baik pada laki-laki dan perempuan. Masalah gizi pada anak usia sekolah dapat menyebabkan rendahnya kualiatas tingkat pendidikan, tingginya angka absensi dan tingginya angka putus sekolah (Sulastri, 2012). Indonesia menempati peringkat kelima dunia untuk jumlah anak dengan kondisi stunting. Lebih dari sepertiga anak berusia di bawah lima tahun di Indonesia tingginya berada di bawah rata-rata. Kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi begitu saja sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun (Sutarto, 2018).

Kejadian stunting merupakan dampak dari asupan gizi yang kurang, baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Kondisi tersebut sering dijumpai di negara dengan kondisi ekonomi kurang (Apolna et.al., 2016). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa rumah tangga yang mengalami kerawanan pangan lebih cenderung memiliki balita dengan keadaan stunting. Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Rachmah et al., 2020)

Ikan mengandung protein sebesar 20% dari total protein hewani, serta mengandung omega-3, omega-6, lemak, vitamin, dan mineral. Protein yang terkandung dalam ikan mempunyai fungsi dalam penyusunan sel otak sehingga seringkali disebut ikan dapat menunjang kecerdasan anak. Selain itu, protein yang terkandung dalam ikan juga mengandung sedikit protein konektif (kolagen) yaitu sekitar 3-5% sehingga daging ikan lebih mudah dicerna dibandingan dengan daging ayam dan sapi sebagai sumber protein lainnya (Azkia et al., 2020). Konsumsi ikan sangat penting salah satunya karena ikan mengandung DHA (salah satu jenis omega-3) yang baik untuk pengembangan otak anak.7 Oleh karena itu kebiasaan mengkonsumsi ikan perlu dikenalkan sejak anak usia dini (Rimbawan dan Baliwati, 2004).

Tujuan dari kegiatan edukasi dan pelatihan ini adalah: 1) Memberikan pengetahuan kelompok PKK Desa Baktiserage tentang stunting dan dampaknya terhadap tumbuh kembang anak; 2) Meningkatkan pengetahuan kelompok PKK Desa Baktiseraga tentang cara pencegahan stunting, melalui perbaikan gizi anak.

Pengetahuan yang diperoleh dari kegiatan edukasi ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menumbuhkan kesadaran ibu-ibu anggota kelompok PKK Desa Baktisegara mengenai dampak dari stuntung terhadap tumbuh kembang anak dan menambah pengetahuan ibu dalam pemilihan menu sehat berbahan dasar ikan.

METODE

Kegiatan P2M ini dilakukan dengan metode pendidikan dan pelatihan (diklat) yang kemudian dilanjutkan dengan pendampingan. Diklat ini akan dilaksanakan dalam dua hari. Hari pertama akan diberikan materi mengenai dampak stunting terhadap tumbuh kembang anak dengan durasi 120 menit, dari pukul 08.00 – 10.00 WITA, yang kemudian akan dilanjutkan pada hari berikutnya. Hari kedua akan digunakan untuk memberikan pelatihan mengenai

pemilihan menu olahan ikan dalam upaya peningkatan gizi anak untuk pencegahan stunting dengan durasi 120 menit dari pukul 08.00 – 10.00 WITA. Sementara itu untuk kegiatan pendampingan dilakukan setelah kegiatan diklat selesai. Pemberian materi maupun praktik dilakukan oleh narasumber yang pakar dibidangnya perikanan dan pendidikan anak usia dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Evaluasi kegiatan pengabdian dilakukan pada proses dan produk kegiatan. Evaluasi proses dilakukan dengan melihat variable-variabel berikut ini; kehadiran peserta dalam mengikuti kegiatan yang akan diukur dengan absensi kegiatan. Antusiasme peserta dan respon peserta pada saat pelaksanaan kegiatan akan diukur dengan skala linkert, sehingga dapat diperoleh kesimpulan dari kegiatan yang dilaksanakan. Evaluasi Produk dilakukan terhadap kemampuan peserta dalam mempraktekan pembuatan menu olahan ikan untuk perbaikan gizi anak. Evaluasi menggunakan skala linkert. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dinyatakan berhasil jika hasil evaluasi tergolong baik, dengan rata-rata skor minimal 3,40 menurut skala Likert (dengan skor 1-5) (Suja, et al., 2019). Rancangan evaluasi kegiatan edukasi dan pelatihan menu olahan ikan dalam upaya peningkatan gizi anak untuk pencegahan stunting pada kelompok PKK Desa Baktiseraga disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Rancangan Evaluasi Kegiatan

No	Aspek	Indikator	Instrumen	Kriteria keberhasilan
1.	Pengetahuan peserta pelatihan	• Definisi stunting • Dampak Stunting Pada Tumbuh Kembang Anak • Cara pencegahan Stunting	Angket	Tergolong baik, skor minimal 3,40 menurut skala Likert (1 sampai 5)
2.	Keterampilan peserta pelatihan	• Nilai Gizi Ikan • Memilih ikan segar • Mengkresikan resep olahan ikan	Lembar observasi	Tergolong baik, skor minimal 3,40 menurut skala Likert (1 sampai 5)

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilaksanakan guna meningkatkan pengetahuan serta pemahaman masyarakat khususnya ibu dalam upaya pencegahan stunting di desa Baktiserga. Materi yang disampaikan antara lain adalah dampak stunting terhadap perkembangan anak, kemudian dilanjutkan dengan materi mengenai manfaat mengkonsumsi ikan serta cara pengolahannya. Kegiatan pengabdian ini turut serta melibatkan mahasiswa prodi S1 Akuakultur FMIPA Undiksha.

Peningkatan pengetahuan peserta pelatihan dianalisis melalui angket yang diisi oleh seluruh peserta. Penilaian diri sendiri dilakukan oleh peserta pelatihan menggunakan skala Likert dengan keterangan penskoran: 1 = sangat kurang; 2 = kurang; 3 = cukup; 4 = baik; dan 5 = sangat baik. Hasil evaluasi kegiatan edukasi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Pengetahuan Peserta Stunting

No	Pengetahuan	Penilaian					Total	Rata-rata
		1	2	3	4	5		
1.	Definisi stunting				2	13	73	4,8
2.	Dampak Stunting Pada Tumbuh Kembang Anak				6	9	69	4,6
3.	Cara pencegahan Stunting			2	5	8	66	4,4
Rata-rata								**4,6**

Berdasarkan tabel di atas maka pengetahuan peserta pelatihan tentang stunting tergolong baik (rata-rata > 3,40). Peserta pelatihan telah mengetahui pengertian dari stunting, dampak stunting pada tumbuh kembang anak dan cara pencegahan stunting. Selain itu, peserta juga menyadari akan pentingnya memperhatikan gizi sejak ibu mengandung, karena tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh asupan gizi yang dikonsumsi, bahkan sejak dalam masa kandungan. Kegiatan berikutnya yang dilakukan adalah pelatihan penanganan dan pengolahan ikan dalam upaya pencegahan stunting. Dokumentasi kegiatan pengabdian disajikan pada Gambar 1.

Gambar 1. Kegiatan Presentasi Materi Stunting

Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian

Keterampilan pengolahan ikan peserta pelatihan dievaluasi selama kegiatan berlangsung. Penilaian dilakukan dengan skala Likert, dengan keterangan penskoran: 1 = sangat kurang; 2 = kurang; 3 = cukup; 4 = baik; dan 5 = sangat baik. Hasil dari kegiatan penilaian disajikan dalam Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Keterampilan Peserta Pelatihan dalam Pengolahan Ikan

No	Keterampilan	Penilaian			Rata-rata
		Penilai 1	Penilai 2	Penilai 3	
1.	Nilai Gizi Ikan	4	4	4	4
2.	Memilih ikan segar	4	5	4	4,33
3.	Mengkresikan resep olahan ikan	5	4	5	4,67
Rata-rata					**4,33**

Berdasarkan tabel di atas, maka keterampilan peserta pelatihan dalam melakukan pengolahan ikan termasuk baik (rata-rata > 3,40). Peserta pelatihan telah memahami dan menerapkan pengolahan ikan dengan sangat baik. Antusiasme kelompok PKK Desa Baktiseraga sangat baik, hal ini terlihat dari jumlah peserta yang hadir sesuai dengan jumlah undangan. Masyarakat sasaran juga berperan aktif dalam

kegiatan pelatihan dimana hal ini terlihat dari jumlah aktifnya diskusi selama pelaksanaan diklat. Selanjutnya akan dilaksanakan kegiatan pendampingan kedepannya untuk memberikan sarana diskusi bagi ibu-ibu PKK desa Batiseraga mengenai stunting dan pengolahan ikan yang baik dan benar.

SIMPULAN

Tahapan-tahapan kegiatan pengabdian sudah berjalan dengan baik dan lancar. Prosesnya sesuai dengan perencanaan dan panduan pengabdian yang dikeluarkan oleh LPPM Undiksha. Peserta yang terlibat juga mengikuti kegiatan dengan antusias dan menunjukkan respon yang positif. Hal ini terlihat dari hasil evaluasi pada pelaksanaan diklat yang rata-rata melibihi 3,40 (skala Likert)

DAFTAR RUJUKAN

Apoina K, Suhartono, Subagio HW, Budiyono, Emman IM. 2016. Kejadian stunting dan ematangan usia tulang pada anak usia sekolah dasar di daerah pertanian Kabupaten Brebes. J Kesehat Masy. 2016;11(2):96–103. doi:http://dx.doi.org/10.15294/kemas.v11i1.3462

.

Rachmah Q., Indriani D., Hidayah S. Adhela Y. dan Mahmudiono T. 2020. Pendidikan Gizi Gemar Makan Ikan Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pencegahan *Stunting* Di Desa Gempolmanis Kecamatan Sambeng Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur. Amerta Nutrition (2020). 165-170.

Rimbawan, dan Baliwati. Masalah Pangan dan Gizi Dalam Pengantar Pangan dan Gizi. Penebar Swadaya. Jakarta. 2004. Hal. 19-28.

Sulastri D. 2012. Faktor determinan kejadian stunting pada anak usia sekolah di kecamatan lubuk kilangan Kota Padang. J Kesehat - Maj Kedokt Andalas. 2012;36(1):39–50

Sutarto, Mayasari S., dan Indriyani. 2018. J Agromedicine Volume 5 Nomer 1. 240-245.

Azkia B. Suyatno dan Kartini A. 2020. Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Ikan Pada Balita Di Wilayah Pesisir Dan Perbukitan Kota Semarang. Jurnal Kesehatan Maasyarakat. Voleme 8 Nomer 3. 365-372.

Diskominforsanti Kab. Buleleng. 2020. Diskominfosanti Kab Buleleng Ikuti Vcon Rembuk Stunting 2020. Diakses tanggal 16 Februari 2021. https://kominfosandi.bulelengkab.go.id/berita/diskominfosanti-kab-buleleng-ikuti-vcon-rembuk-stunting-2020-24#:~:text=Buleleng%20menyampaikan%2C%20Kabupaten%20Buleleng%20untuk,dan%20harus%20ditangani%20secara%20serius