

Penyuluhan Stunting dan Pembuatan Nugget Ikan Tuna di Desa Lam Asan Siem dan Desa Kajhu Aceh Besar

Wahyu Eka Sari^{1*}, Henni Vanda¹, Muhammad Hambal¹, Lian Varis Riandi¹, Azhari¹, Nurliana¹, Frengki¹, Rumi Sahara Zamzami¹, Awaluddin¹, Selva Novari²

¹ Fakultas Kedokteran Hewan, Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh

² Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Siliwangi, Jawa Barat

Email Korespondens: wahyueka_sari@usk.ac.id

Abstrak

Stunting merupakan salah satu kondisi malnutrisi pada anak yang terjadi akibat ketidakcukupan zat gizi pada masa balita sehingga menyebabkan masalah gizi kronis. Berdasarkan survey yang dilakukan pada ibu-ibu posyandu di Desa Lam Asan Siem dan Desa Kajhu, Aceh Besar, didapatkan bahwa sebanyak 66,6% tidak mengetahui penyebab dan cara pencegahan stunting. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan penyadartahuan mengenai pemanfaatan ikan tuna untuk bahan dasar pembuatan nugget ikan, sebagai salah satu bentuk pencegahan stunting melalui pemenuhan nutrisi protein pada anak. Ikan tuna memiliki nilai gizi yang tinggi sehingga sangat baik digunakan sebagai bahan olahan seperti nugget. Selain guna memenuhi kebutuhan gizi, nugget ikan tuna ini memiliki nilai ekonomis yang baik sehingga dapat menjadi usaha mikro kecil dan menengah (UMKM) bagi masyarakat. Kegiatan pengabdian ini meliputi sosialisasi pencegahan stunting, pengenalan nugget ikan tuna yang kaya akan omega-3, dan pelatihan pembuatan nugget ikan tuna. Hasil dari pengabdian ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat terkait pencegahan stunting dan pengetahuan, serta keterampilan terkait pembuatan nugget ikan tuna sebagai salah satu bentuk pemenuhan zat gizi pada anak. Selain itu, nugget ikan dapat meningkatkan nilai ekonomi masyarakat menjadi sebuah UMKM.

Abstract

Stunting is one of the conditions of malnutrition in children that occurs due to inadequate nutrition in toddlerhood, causing chronic nutritional problems. Based on a survey conducted on posyandu in Lam Asan Siem and Kajhu Village, Aceh Besar, it was found that as many as 66.6% did not know the causes and ways of preventing stunting. This service aims to provide awareness about the use of tuna for the basic material for making fish nuggets, as a form of stunting prevention through the fulfillment of protein nutrition in children. Tuna has a high nutritional value so it is very good to use as processed ingredients such as nuggets. In addition to meeting nutritional needs, tuna nuggets have good economic value so that they can become micro, small and medium enterprises (UMKM) for the community. This service activity includes socialization of stunting prevention, introduction of tuna nuggets rich in omega-3, and training on making tuna nuggets. The result of this service is an increase in public knowledge related to stunting prevention and knowledge, as well as skills related to making tuna nuggets as a form of fulfilling nutrients in children. In addition, fish nuggets can increase the economic value of the community into an UMKM.

Keywords: rich in omega-3, nutritional value, processed fish, UMKM

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu kondisi malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi pada masa balita sehingga menyebabkan masalah gizi yang kronis (Sutarto *et al.*, 2018). Stunting dapat disebabkan oleh faktor gizi ibu yang kurang baik selama masa kehamilan ataupun gizi yang kurang baik pada balita (Lensoni *et al.*, 2021). Berdasarkan hasil studi kasus gizi di Indonesia tahun 2021 prevalensi stunting di Indonesia sebanyak 24,4%, dan hingga tahun 2022 angka stunting di Aceh masih tinggi berada di urutan ke-7 tertinggi di Indonesia (Dinkes Aceh, 2022). Pada data stunting di Aceh, Kabupaten Aceh besar memiliki persentase yang cukup tinggi yaitu sebanyak 32,4% (Rosdiana *et al.*, 2020). Penyebab stunting biasanya adalah faktor multidimensi salah satunya pola asuh anak yang tidak optimal, kurangnya asupan gizi anak semasa kehamilan dan 1000 hari pertama kehidupan (Ruswati *et al.*, 2021). Berkaitan dengan hal tersebut, hal ini didukung oleh fakta dan situasi di Desa Lam Asan Siem dan Desa Kajhu, Aceh Besar bahwa berdasarkan survey yang telah dilakukan di lapangan terdapat tujuh anak di Desa tersebut mengalami indikasi gizi buruk. Selain itu, hasil analisis survey menunjukkan bahwa sebanyak 83,3% masyarakat (para ibu) di Desa Lam Asan Siem dan Desa Kajhu pernah mendengar stunting, namun sebanyak 66,6% tidak mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan stunting dan bagaimana cara pencegahannya.

Memenuhi kebutuhan protein hewani anak merupakan salah satu upaya dalam pencegahan stunting (Sholikhah & Dewi, 2022). Ikan memiliki kandungan yang sangat tinggi protein sehingga sangat baik untuk perkembangan otak dan pertumbuhan anak serta sebagai upaya dalam pencegahan stunting (Fitri & Purwani, 2017). Berdasarkan hasil survey, sebagian besar ibu-ibu di Posyandu Desa Lam Asan Siem dan posyandu Desa Kajhu mengetahui mengenai sumber-sumber protein hewani, namun sebanyak 58,3%-83,4% menyatakan belum pernah mengkonsumsi nugget ikan apalagi mengolah bahan makanan tersebut yang merupakan sumber protein hewani yang kaya akan omega-3 serta mudah diperoleh dengan harga yang terjangkau. Ikan tuna diketahui selain mengandung tinggi protein, juga kaya akan omega-3 (Kemendag, 2012). Keunggulan ikan kembung menjadi bahan olahan berupa nugget adalah ikan kembung memiliki rendemen fillet ikan yang cukup besar. Secara umum dapat dikatakan bahwa ikan yang berdaging tebal memiliki rendemen fillet yang lebih besar dibandingkan dengan ikan yang berdaging tipis, sehingga bagus digunakan sebagai bahan olahan makanan (Herminiati & Rahman, 2008). Ikan sendiri adalah bahan pangan yang banyak mengandung protein, karena mengandung asam amino esensial. Keunggulan protein dari bahan hewani yaitu lebih mudah dicerna dan lebih lengkap serta seimbang (Komariah *et al.*, 2005).

Tujuan utama kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat di Gampong Lam Asan Siem dan Desa Kajhu melalui pelatihan tentang cara pembuatan dan pengemasan nugget ikan tuna, agar dapat menjadi makanan keluarga bergizi tinggi dan dapat disimpan dalam jangka waktu yang lama. Kegiatan ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat setempat dalam mengolah ikan tuna menjadi nugget untuk pencegahan stunting. Selain itu juga dapat menjadi usaha sampingan masyarakat untuk meningkatkan perekonomian Desa Lam Asan Siem dan Desa Kajhu. Kemudian tidak hanya itu, pembuatan nugget ikan kembung dapat dijadikan model yang dapat diimplementasikan pada pelaksanaan kuliah kerja nyata (KKN) mahasiswa Universitas Syiah Kuala di Desa Lam Asan Siem dan di Desa Kajhu Aceh Besar.

Target yang diharapkan dari kegiatan pengabdian ini yaitu dapat membantu menekan atau menurunkan angka kejadian stunting di Desa Lam Asam Siem dan Desa Kajhu dalam meningkatkan

keterampilan masyarakat dalam pembuatan nugget hasil olahan ikan tuna yang cenderung lebih ekonomis namun memiliki kandungan omega-3 yang tinggi. Dengan demikian selain memberikan keuntungan dari segi kesehatan, peningkatan pengetahuan dan keterampilan SDM, juga sekaligus memberikan keuntungan secara ekonomis dan lebih efisien. Target luaran pada pengabdian ini tidak hanya sampai produk nugget yang dapat dikonsumsi secara pribadi, tetapi diharapkan hingga menjadi produk UMKM. Secara lebih spesifik, target yang ingin dicapai adalah sebagai berikut: (a) Meningkatkan pengetahuan kedua mitra dan masyarakat desa mitra mengenai stunting guna mengurangi angka kejadian stunting di desa mitra, (b) Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pembuatan produk nugget ikan tuna dengan cara sederhana, serta (c) masyarakat mampu mengolah sendiri nugget ikan tuna dan diharapkan dapat dilakukan keberlanjutan hingga menjadi produk UMKM, sehingga juga dapat meningkatkan kesejahteraan dan perekonomian masyarakat.

METODE

3.1. Tahapan Pelaksanaan atau Kerangka Rancangan Pengabdian

Metode pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat berbasis produk ini secara garis besar meliputi tiga tahapan pelaksanaan. Yaitu sosialisasi pentingnya pencegahan stunting, pengenalan nugget ikan tuna kaya omega-3 sebagai pangan bergizi dalam pencegahan stunting, serta pelatihan pembuatan nugget tuna sebagai upaya pencegahan stunting.

3.2 Sasaran

Pengabdian masyarakat ini memiliki sasaran kegiatan yaitu Kelompok Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Teratai di Desa Lam Asan Siem Kecamatan Darussalam dan kelompok posyandu Desa Kajhu, Kabupaten Aceh Besar.

3.3 Metode Kegiatan

3.3.1 Metode Pendekatan

Metode pendekatan pada program pengabdian ini yaitu dengan melakukan sosialisasi atau penyuluhan serta pelatihan kepada ibu-ibu posyandu terkait dengan program yang akan dilaksanakan melalui beberapa tahapan. Sebelumnya dilakukan koordinasi terlebih dahulu untuk melakukan kesepatan mengenai waktu dan jadwal pelaksanaan sosialisasi stunting dan pelatihan pembuatan nugget ikan tuna. Peserta adalah kelompok Posyandu Desa Lam Asan Siem dan kelompok posyandu Desa Kajhu. Melalui penyuluhan ini diharapkan masyarakat lebih memahami secara keseluruhan mengenai faktor-faktor penyebab stunting dan cara pencegahannya serta dapat memberikan informasi terkait pemanfaatan ikan tuna sebagai olahan nugget yang kaya omega-3. Masyarakat juga akan diberikan pelatihan mengenai cara produksi, pengemasan, penyimpanan produk nugget ikan kembung agar tetap aman dan memiliki daya simpan yang lama, stabil, dan tidak rusak.

3.3.2 Solusi Permasalahan Mitra

Solusi dari permasalahan mitra adalah sosialisasi atau penyadartahuan terhadap kedua mitra dan masyarakat tentang pentingnya pencegahan stunting, pengenalan pembuatan produk nugget ikan tuna kaya omega-3. Selain itu, pelatihan pengolahan secara langsung nugget ikan tuna dengan

melibatkan partisipasi masyarakat. Setelah itu dilakukan evaluasi pelaksanaan program secara berkelanjutan.

3.3.3 Sosialisasi/ Penyebaran Tentang Pentingnya Pencegahan Stunting

Sosialisasi atau penyebaran berupa penyuluhan dilakukan dengan memberikan pemahaman atau edukasi kepada kelompok Posyandu Teratai dan Posyandu Kajhu bahwa pentingnya mengetahui secara menyeluruh mengenai stunting dan bahaya stunting pada pertumbuhan anak yang akan berdampak pada masa depannya, serta faktor-faktor penyebab stunting dan cara-cara pencegahannya. Perlu dilakukan sosialisasi mengenai perbaikan gizi yang dimulai dari pemanfaatan sumber hewani kaya akan nutrisi dan ekonomis dan mudah didapatkan seperti ikan tuna.

3.3.4 Pengenalan Nugget Ikan Tuna Kaya Omega-3 sebagai Pangan Bergizi dalam Pencegahan Stunting

Sosialisasi pembuatan nugget ikan tuna kaya omega-3 perlu dilakukan sebelum dilakukan praktek pembuatan produk secara langsung oleh masyarakat mitra. Pembuatan produk asal ikan tuna perlu memperhatikan tahapan yang baik dan benar agar tujuan dari produk tercapai, seperti kandungan nutrisi pada tidak rusak sehingga dapat mengurangi angka stunting pada anak. Kegiatan ini juga dapat memberikan pemahaman kepada masyarakat bagaimana cara pembuatan produk agar tahan lama dalam penyimpanan serta produk yang dihasilkan praktis saat hendak dikonsumsi.

3.4 Pelatihan Pembuatan Nugget Ikan Tuna dan Partisipasi Masyarakat dalam Pelaksanaan Program

Masyarakat diberikan pelatihan mengenai cara pembuatan nugget ikan tuna dengan cara mudah dan memanfaatkan teknologi sederhana sehingga menghasilkan produk dengan kualitas baik. Kelompok masyarakat yang telah dibekali cara pengolahan produk nugget ikan tuna dan dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan dan pengemasan produk. Praktek dilakukan oleh masyarakat dibentuk dalam beberapa kelompok dilakukan secara periodik melalui koordinasi masing-masing ketua kelompok. Selama berlangsungnya pelatihan, diiringi dengan diskusi dan konsultasi guna memaksimalkan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Langkah pembuatan nugget ikan, pertama daging ikan dipisahkan dari tulang kemudian dicampurkan dengan wortel dan tahu dan rempah-rempah. Setelah itu, adonan nugget dimasukkan dalam cetakan dan dikukus. Adonan nugget yang sudah dikukus kemudian digoreng dan nugget siap disajikan.

3.5 Evaluasi Pelaksanaan, Monitoring, dan Keberlanjutan Program

Evaluasi terhadap kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan dilaksanakan dalam tiga tahap, yaitu: (a) Evaluasi sebelum kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman anggota kelompok masyarakat mengenai pengolahan ikan kembung yang sesuai dengan prosedur yang tepat secara ASUH dan dengan tidak merusak kandungan gizi dan pengemasan produk guna meningkatkan daya simpan. (b) Selama kegiatan pengabdian ini berlangsung, evaluasi juga akan dilakukan untuk mengetahui peningkatan pemahaman dan juga minat masyarakat terhadap kegiatan yang dilaksanakan terutama mengenai teknologi sederhana dalam pembuatan nugget ikan kembung, teknik pengemasan (*packaging*) serta cara penyimpanan. (c) Setelah kegiatan selesai, akan dilakukan evaluasi tahap akhir untuk mengetahui peningkatan skill dari kelompok masyarakat mengenai teknik pembuatan nugget ikan tuna, juga akan dilihat kemampuan masyarakat dalam proses pengemasan dan penyimpanan hingga nantinya dapat menjadi Badan Usaha Milik Gampong (BUMG).

juga kaya akan kalsium dan kalium. Ikan yang digunakan dalam pembuatan nugget ini yaitu ikan tuna. Diketahui ikan tuna merupakan jenis ikan yang banyak dijumpai di wilayah Aceh Besar dan harganya masih terjangkau oleh masyarakat, serta ikan ini memiliki rendemen fillet yang tinggi sehingga baik dijadikan sebagai olahan makanan. Proses pembuatan nugget ikan tuna juga relatif mudah dilakukan dengan modal yang cukup murah dengan proses pembuatan yang sederhana.

Pelatihan pembuatan nugget ikan tuna dilakukan pada kegiatan selanjutnya. Ibu-ibu menunjukkan antusiasme yang sangat tinggi dalam simulasi membuat nugget ikan tuna karena terjangkau namun memiliki nilai ekonomis (Gambar 2). Pengetahuan masyarakat terkait pemanfaatan ikan tuna masih belum banyak, sehingga pelatihan pembuatan nugget ini dapat menambah pengetahuan masyarakat dalam menghasilkan produk yang bergizi dan memiliki nilai ekonomis. Dengan adanya pelatihan ini, masyarakat bisa menghasilkan produk nugget ikan secara mandiri yang diharapkan kedepannya dapat dijadikan sebuah peluang usaha rumahan, selain untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga.



Gambar 2. Pelatihan pembuatan nugget ikan tuna di Desa Lam Asan Siem dan Desa Kajhu

Setelah pelatihan pembuatan nugget ikan kembung, tim pengabdian melakukan peninjauan kembali bahwa setelah kegiatan tersebut dilakukan masyarakat dapat membuat nugget sendiri terutama untuk keluarga masing-masing, sehingga diharapkan dapat membantu dalam pemenuhan kebutuhan gizi serta dapat membantu meningkatkan ekonomi masyarakat dengan menjadikan produk ikan tersebut menjadi sebuah UMKM.

PENUTUP

Kegiatan pengabdian pencegahan stunting berhasil dilakukan pada kelompok Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Teratai di Desa Lam Asan Siem Kecamatan Darussalam dan kelompok posyandu di Desa Kajhu, Kabupaten Aceh Besar yang meliputi kegiatan sosialisasi pencegahan stunting, pengenalan nugget ikan, dan pelatihan pembuatan nugget ikan tuna. Pengabdian ini memberikan penyadartahuan masyarakat terkait upaya pencegahan stunting salah satunya yaitu dengan pemenuhan gizi anak melalui pembuatan nugget ikan tuna yang kaya omega-3 dan bernilai ekonomis. Selain itu, produk nugget ikan tuna dapat menjadi salah satu ide UMKM.

REFERENSI

- Sutarto, S. T. T., Mayasari, D., & Indriyani, R. (2018). Stunting, Faktor Resikodan Pencegahannya. *Agromedicine Unila*, 5(1), 540-545.
- Lensoni, L., Musriandi, R., Rahmiyani, D., Fajri, N., Sarida, S., Nurmila, N., ... & Maysura, F. (2021). Pemberian Penyuluhan dalam Peningkatan Pengetahuan Ibu-Ibu di Desa Lagang Komplek Iom Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar Terhadap Tingkat Kejadian Stunting. *Jurnal Dimasaya*, 1(1), 29-34.
- Dinas Kesehatan Aceh (2022). Upaya cegah stunting, pemerintah luncurkan program pmt berbahan pangan lokal. dinkes.acehprov.go.id. [tanggal akses: 20 Juni 2023].
- Rosdiana, E., Yusnanda, F., & Afrita, L. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kesesuaian Pemberian Mp-Asi Guna Pencegahan Stunting Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Baitussalam Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(2), 981-987.
- Ruswati, R., Leksono, A. W., Prameswary, D. K., Pembajeng, G. S., Inayah, I., Felix, J., ... & Ashanty, A. (2021). Risiko Penyebab Kejadian Stunting pada Anak. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 1(2).
- Sholikhah, A., & Dewi, R. K. (2022). Peranan Protein Hewani dalam Mencegah Stunting pada Anak Balita. *Jurnal Riset Sains dan Teknologi*, 6(1), 95-100.
- Fitri, N., & Purwani, E. (2017). Pengaruh Substitusi Tepung Ikan Kembung (*Rastrelliger Brachysoma*) Terhadap Kadar Protein dan Daya Terima Biskuit
- Kemendag. (2012). Ikan tuna Indonesia. <http://dipen.kemendag.go.id>. [tanggal akses: 30 Mei 2023].
- Hermiati, A., & Rahman, T. (2008). Potensi Fillet Ikan dari Blanakan Perairan Pantura Untuk Bahan Baku Sosis Ikan. In *Prosiding Seminar Nasional Teknik Kimia: Teknologi Tepat Guna Ramah Lingkungan*. B (pp. 10-1).
- Komariah, Surajudin, & Purnomo, D. (2005). *Aneka Olahan Daging Sapi*. AgroMedia Pustaka, Jakarta.