

**EDUKASI DAN PELATIHAN PEMANFAATAN EKSTRAK SARI IKAN
GABUS PADA KADER DAN IBU HAMIL SEBAGAI UPAYA
PENCEGAHAN STUNTING**Cucuk Kunang Sari^{1*}, Kirana Candra Sari²¹⁻²Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Banten

Email Koresponden: cucukunangsari2022@gmail.com

Disubmit: 07 Agustus 2023

Diterima: 18 September 2023

Diterbitkan: 01 Oktober 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i10.11433>**ABSTRAK**

Stunting merupakan permasalahan yang terjadi pada tumbuh dan kembang anak dikarenakan mengalami gizi buruk dan dapat berakibat pada fisik dan fungsional tubuh anak yang dipengaruhi oleh tatanan ekonomi, pendidikan ibu dan pengetahuan tentang gizi, maupun sosial masyarakat. Selanjutnya adalah faktor proximal seperti pemberian ASI eksklusif, usia anak dan BBLR *Stunting* dapat dicegah dengan beberapa hal seperti memberikan ASI eksklusif, memberikan makanan yang bergizi sesuai kebutuhan tubuh, membiasakan perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik, untuk menyeimbangkan antara pengeluaran energi dan pemasukan zat gizi kedalam tubuh dan memantau tumbuh kembang anak secara teratur. Peningkatan kasus *Stunting* secara signifikan akan menambah beban masyarakat dan pemerintah, karena membutuhkan biaya yang besar untuk penanganannya. Dibutuhkan komitmen bersama dalam menurunkan morbiditas, mortalitas, dan disabilitas akibat *Stunting* melalui pencegahan dan pengendalian yang adekuat. Salah satu upaya untuk meningkatkan peran serta masyarakat adalah pemberdayaan masyarakat dengan memberikan pengetahuan melalui penyuluhan. Dengan kegiatan penyuluhan ini, masyarakat diharapkan dapat memahami peran dirinya sebagai pemicu kesadaran diri untuk berubah, mentransformasikan tahapan niat menjadi tindakan nyata.

Kata Kunci: *Stunting*, Gizi**ABSTRACT**

Stunting is a problem that occurs in the growth and development of children due to malnutrition and can have an impact on the physical and functional body of the child which is influenced by the economic order, mother's education and knowledge about nutrition, as well as social society. Furthermore, proximal factors such as exclusive breastfeeding, child age and LBW stunting can be prevented by several things such as exclusive breastfeeding, providing nutritious food according to the body's needs, getting used to clean living habits, doing physical activity, to balance energy expenditure and nutrient intake into the body and monitor the growth and development of children regularly. A significant increase in stunting cases will add to the burden on society and the government, because it requires a large amount of money to handle it. It takes a joint commitment to reduce morbidity, mortality and disability due to stunting through adequate prevention and control. One of the efforts to

increase community participation is community empowerment by providing knowledge through counseling. With this counseling activity, it is hoped that the public can understand their own role as a trigger for self-awareness to change, transforming the stages of intention into concrete action.

Keywords: *Stunting, Nutrition*

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang terjadi akibat kurangnya asupan gizi yang berlangsung sejak lama. Tatanan ekonomi, pendidikan ibu dan pengetahuan tentang gizi, maupun sosial masyarakat adalah penyebabnya (Subqi, 2021); (Shodiqin, 2023). Kabupaten Tangerang terdiri dari 44 Puskesmas, Puskesmas Jambe merupakan salah satu Puskesmas dengan kasus *stunting* di Kabupaten Tangerang. Berdasarkan laporan tahunan diketahui bahwa terdapat peningkatan kasus *stunting* di Puskesmas Jambe tahun 2021 sebanyak 34 kasus dan tahun 2022 periode Januari-April terdapat 42 kasus. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa *stunting* mengalami peningkatan secara signifikan (Kurniawati, 2022).

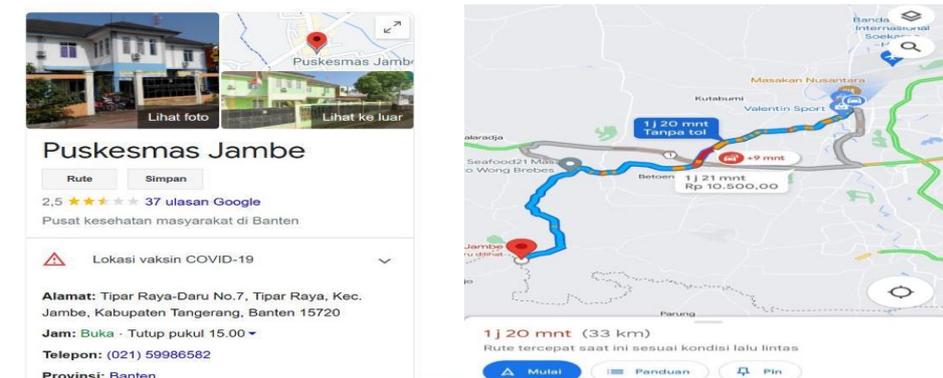
Menurut laporan buku timbang balita dan rekapan status gizi anak balita di wilayah kerja Puskesmas Jambe dan saat berkunjung ke wilayah Jambe untuk melakukan wawancara dengan tenaga kesehatan serta kader posyandu di wilayah Puskesmas Jambe, didapatkan hasil bahwa masih banyak terdapat balita yang mengalami kependekan (*stunting*). Tujuan dari kegiatan pengabdian ini yaitu meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat ekstrak sari ikan gabus, serta olahan MP-ASI sebagai upaya pencegahan kejadian *stunting*. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan penyuluhan menggunakan metode ceramah dan diskusi dengan media modul buku panduan serta demonstrasi. Hasil yang di dapatkan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dalam pembuatan sari ikan gabus dan MP-ASI.

Upaya untuk meningkatkan peran serta masyarakat untuk memberikan pengetahuan perlu dimulai dan didukung oleh pada Kader Puskesmas Jambe untuk menyentuh lapisan masyarakat di wilayah mereka. Peran masyarakat perlu ditingkatkan dalam upaya promotif dan preventif kejadian *stunting* sehingga masyarakat tahu, mau dan mampu melakukan pencegahan dan pengendalian kejadian *stunting*. Mengingat angka kasus *Stunting* di Wilayah kerja Puskesmas Jambe masih tinggi, serta masyarakat yang juga turut menyadari masalah tersebut, maka upaya-upaya memberikan pengetahuan ini menjadi sangat penting. Oleh karena itu, melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan dilakukan penyuluhan kepada kader dan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Jambe.

Setelah mengikuti Penyuluhan di Wilayah Kerja Puskesmas Jambe diharapkan para kader dan ibu hamil mampu menjelaskan pemahaman tentang gizi balita, mampu menjelaskan tentang pencegahan *stunting*serta mampu menjelaskan tentang pemanfaatan ekstrak sari ikan gabus dan olahan MP ASI sebagai upaya pencegahan kejadian *stunting*. Adapun manfaat kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan mengenai manfaat ekstrak sari ikan gabus dan olahan ikan gabus (MP-ASI) sebagai upaya pencegahan kejadian *stunting* di wilayah kerja Puskesmas Jambe.

2. RUMUSAN MASALAH DAN PERTANYAAN

Upaya untuk meningkatkan peran serta masyarakat untuk memberikan pengetahuan perlu dimulai dan didukung oleh pada Kader Puskesmas Jambe untuk menyentuh lapisan masyarakat di wilayah mereka. Peran masyarakat perlu ditingkatkan dalam upaya promotif dan preventif kejadian stunting sehingga masyarakat tahu, mau dan mampu melakukan pencegahan dan pengendalian kejadian stunting. Mengingat angka kasus Stunting di Wilayah kerja Puskesmas Jambe masih tinggi, serta masyarakat yang juga turut menyadari masalah tersebut, maka upaya-upaya memberikan pengetahuan ini menjadi sangat penting. Oleh karena itu, melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan dilakukan penyuluhan kepada kader dan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Jambe.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

3. TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Stunting

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis terutama pada seribu hari pertama kehidupan (HPK). Stunting adalah kondisi tinggi badan seseorang lebih pendek dibanding tinggi badan orang lain pada umumnya (yang seusia) (Ruaida, 2018). Stunted (short stature) atau tinggi/panjang badan terhadap umur yang rendah digunakan sebagai indikator malnutrisi kronik yang menggambarkan riwayat kurang gizi dalam jangka waktu lama (Ekayanti, 2019); (Rahmarianti, 2023).

Faktor Penyebab Stunting

Stunting merefleksikan gangguan pertumbuhan sebagai dampak dari rendahnya status gizi dan kesehatan. UNICEF framework (United Nations Children Fund) menjelaskan dua penyebab langsung stunting adalah faktor penyakit dan asupan zat gizi (Febrina, 2017). Kedua faktor ini berhubungan dengan faktor pola asuh, akses terhadap makanan, akses terhadap layanan kesehatan dan sanitasi lingkungan, namun penyebab dasar dari semua ini adalah terdapat pada level individu dan rumah tangga tersebut, seperti tingkat pendidikan, pendapatan rumah tangga (Rosmalina, 2019).

a. Faktor Genetik

Hasil penelitian menyebutkan tinggi badan ibu kurang dari 145 cm berisiko memiliki anak pendek 2,13 kali dibanding ibu dengan tinggi badan normal. Tinggi badan ibu 145-150 cm risiko memiliki anak stunting 1,78 kali di banding ibu normal, sedangkan tinggi badan ibu 150-155 cm berisiko memiliki anak stunting 1,48 kali dibandingkan ibu normal. Tinggi

badan orang tua sendiri sebenarnya juga dipengaruhi banyak faktor yaitu faktor internal seperti faktor genetic dan faktor eksternal seperti faktor penyakit dan asupan gizi sejak usia dini. Faktor genetic adalah faktor yang tidak dapat dirubah sedangkan eksternal adalah faktor yang dapat diubah (Idris, 2022).

b. Status Ekonomi

Pada kelompok status ekonomi kurang maupun sttaus ekonomi cukup masih banyak dijumpai ibu yang memiliki pengetahuan rendah di bidang gizi. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa orangtua 11 dengan daya beli rendah jarang memberikan telur, daging , ikan, atau kacang -kacangan setiap hari. Hal ini berarti kebutuhan protein anak tidak terpenuhi karena anak tidak mendapatkan asupan protein yang cukup (Dewi, 2022); (Bell, 2019).

c. Anemia

Pada Ibu Anemia pada ibu hamil sebagian sebagai besar disebabkan oleh defisiensi zat gizi mikro terutama zat besi. Akibat defisiensi zat besi pada ibu hamil akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin sehingga janin yang dilahirkan sudah malnutrisi. Malnutrisi pada bayi jika tidak segera diatasi akan menetap sehingga menimbulkan malnutri kronis yang merupakan penyebab stunting (Susilo, 2023).

d. Defisiensi Zat Gizi

Zat gizi sangat penting bagi pertumbuhan, pertumbuhan adalah peningkatan ukuran dan massa konstituen tubuh. Asupan zat gizi yang menjadi faktor risiko terjadinya stunting dapat dikategorikan menjadi 2 yaitu asupan zat gizi makro yang paling mempengaruhi terjadinya stunting adalah asupan protein, sedangkan asupan zat gizi mikro yang paling mempengaruhi kejadian stunting adalah asupan kalsium, seng, dan zat besi.

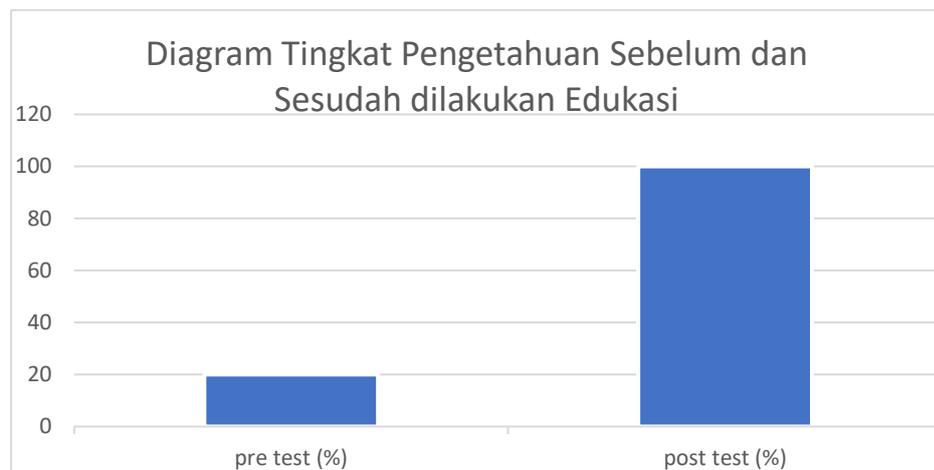
4. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada bulan Mei sampai dengan Juli 2023. Bertempat di Balai desa Tipar raya yang diikuti oleh 30 peserta, diantaranya nya 20 orang kader dan 10 ibu hamil. Rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa ceramah, pemutaran video, diskusi dan tanya jawab. Tahapan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat adalah sebagai berikut:

Tahap implementasi dengan merencanakan strategi komunikasi lalu dipilihlah penyuluhan edukasi sebagai langkah strategi yang diambil, dilakukan tingkat pengetahuan tentang manfaat ekstrak sari ikan gabus dan proses pembuatan MPASI melalui pemberian kuesioner sebelum dan sesudah pemberian materi/pelatihan, Melakukan pemberdayaan terhadap kader tentang pemanfaatan ekstrak sari ikan gabus dan pemutaran video proses pembuatan ekstrak sari ikan gabus, dengan mengundang narasumber pemegang program stunting dari pihak PKM Jame kemudian Melakukan evaluasi hasil pemberian materi dengan tanya jawab dan selanjutnya bekerja sama dengan pihak puskesmas untuk melakukan monitoring hasil kegiatan pengabdian masyarakat.

Sebelum kegiatan penyuluhan dilakukan terhadap kader dan masyarakat di desa Jambe, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan tentang manfaat ekstrak sari ikan gabus dan proses pembuatan MP-ASI melalui pemberian kuesioner. Evaluasi akhir yang akan dilakukan yaitu dengan cara memberikan kuesioner pasca-perlakuan untuk mengukur cara mencegah dan mengatasi stunting, serta pembuatan ekstrak sari ikan gabus untuk meningkatkan kualitas MP-ASI, dengan metode ceramah dan diskusi. Media yang digunakan yaitu modul pemberian MP-ASI untuk mencegah stunting dan Leaflet yang berisikan tentang cara pembuatan sari ikan gabus.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 2. Diagram Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Edukasi

Berdasarkan rekapitulasi hasil pengukuran tingkat pengetahuan tentang manfaat ekstrak sari ikan gabus dan proses pembuatan MP-ASI diperoleh hasil sebelum pelaksanaan kegiatan penyuluhan adalah 24 orang sebelumnya belum mengetahui dan belum pernah mendengar akan manfaat ekstrak sari ikan gabus sebagai makanan olahan pencegah stunting. Namun setelah kegiatan penyuluhan dilakukan, 30 orang peserta memahami dengan baik edukasi yang telah diberikan.

a. Koordinasi Pelaksanaan Pengabdian

Ketua dan anggota menemui Kepala puskesmas dan Pemegang program *stunting* untuk mendiskusikan tempat, waktu dan rencana kegiatan pengabdian masyarakat yang akan mengundang kader dan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Jambe.



Gambar 3. Koordinasi Dengan Pemegang Program Stunting Puskesmas Jame

b. Penyuluhan

Penyuluhan mengenai cara mencegah dan mengatasi *stunting* serta menjelaskan manfaat ekstrak sari ikan gabus yang dapat digunakan sebagai MP-ASI untuk mencegah terjadinya *stunting*. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab yang bertujuan agar kader paham dengan materi yang diberikan, disertai dengan pemberian buku panduan dan leaflet.



Gambar 4. Modul Dan Leaflet Penyuluhan

c. Praktek dan demonstrasi

Pemutaran video melakukan praktik cara pembuatan ekstrak sari ikan gabus, memasukkan ikan gabus yang telah dibersihkan ke dalam ekstraktor yang di panaskan, mengisi air dan mengamati sari ikan gabus yang keluar dari ikan gabus.



Gambar 5. Pemutaran Video Pembuatan Ekstrak Sari Ikan Gabus

d. Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk memonitoring keberhasilan pengabdian masyarakat, tingkat pemahaman dan keterampilan kader dengan melakukan pretest dan posttest.



Gambar 6. Kegiatan Pretest Dan Posttest

6. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini mampu meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan *stunting*, serta memberikan keterampilan kepada kader untuk membuat ekstrak sari ikan gabus dan makanan pendamping ASI yang berkualitas. Serta perlunya pemantauan deteksi dini anak *stunting* pada balita yang ada di wilayah kerja Puskesmas Jambe, serta perlunya peran aktif kader untuk membentuk kelompok badan usaha desa agar pembuatan ekstrak sari ikan gabus dapat berlangsung secara berkesinambungan.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Banten News. (2019). Diakses Pada <https://www.bantennews.co.id/hkn-ke-55-di-banten-pemprov-banten-galakan-bebas-gizi-buruk-dan-cegah-stunting/>
- Bell, S. (2019). *Gambaran Status Gizi Anak Balita 1-5 Tahun Ditinjau Dari Perilaku Pemberian Makan Dan Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Anak Di Desa Pilli Kecamatan Kie Kabupaten Timor Tengah Selatan* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Kupang).
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., De Onis, M., ... & Uauy, R. (2013). Maternal And Child Undernutrition And Overweight In Low-Income And Middle-Income Countries. *The Lancet*, 382(9890), 427-451.
- Dewi, N. L. Y. (2022). *Gambaran Upaya Pencegahan Stunting Pada Dewasa Muda Di Desa Tianyar Barat Kabupaten Karangasem Tahun 2022* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan Tahun 2022).
- Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). Edukasi Gizi Pada Ibu Hamil Mencegah Stunting Pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312-319.

- Febrina, Y., Santoso, S., & Kurniati, A. (2017). *Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Bayi Baru Lahirdi Rsud Wonosari Kabupaten Gunungkidul Tahun 2016* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Idris, N. H. (2022). *Gambaran Pola Pemberian Makan Dan Tingkat Pendidikan Orang Tua Pada Balita Stunting Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kahu Kabupaten Bone= Description Of Feeding Patterns And Parents'education Level In Stunting Toddlers Aged 24-59 Months In The Work Area Of Kahu Puskesmas, Bone Regency* (Doctoral Dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Jayasvasti, I., Chan, S. N., Mongkolchati, A., & Jayasvasti, M. (2018). Prevalence And Predictors Of Growth Stunting In Children Within 1,000 Days In Dry Zone, Pakokku Township, Myanmar. *Chulalongkorn Medical Journal*, 62(4), 737-753.
- Kemendes ,Ri. 2019. Riset Kesehatan Dasar; Riskesdas. Jakarta: Balitbang Kemendes Ri
- Kemendes Ri. 2018. Kesehatan Dalam Kerangka Sustainable Development Goals (Sdgs). Jakarta
- Kemendes, R. I. (2014). Pedoman Gizi Seimbang, Direktorat Jenderal Bina Gizi Dan Kia.
- Kurniawati, T., Rusdiyanti, E., & Rahayu, A. P. (2022, December). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pendampingan Dan Rembuk Stunting Di Desa Alatengahe Kecamatan Batimurung Kabupaten Maros Sulawesi Selatan. In *Prosiding Seminar Nasional Kuliah Kerja Nyata Muhammadiyah'asyiyah* (Vol. 1, Pp. 112-118).
- Permadi, M. R., Oktafa, H., & Iqbal, M. (2019). Peningkatan Kualitas Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Melalui Pembuatan Ekstrak Dan Olahhan Ikan Gabus Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Prosiding*.
- Rahmarianti, G., & Parwito, P. (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting Di Desa Tanggo Raso Kecamatan Pino Raya Kabupaten Bengkulu Selatan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 1(2), 1-6.
- Rosmalina, Y., Luciasari, E., Aditianti, A., & Ernawati, F. (2018). Upaya Pencegahan Dan Penanggulangan Batita Stunting: Systematic Review. *Gizi Indonesia*, 41(1), 1-14.
- Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) Di Indonesia. *Global Health Science*, 3(2), 139-151.
- Setyawati, V. A. V., & Hartini, E. (2018). *Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat*. Deepublish.
- Shodikin, A. A., Mutalazimah, M., Muwakhidah, M., & Mardiyati, N. L. (2023). Tingkat Pendidikan Ibu Dan Pola Asuh Gizi Hubungannya Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan. *Journal Of Nutrition College*, 12(1), 33-41.
- Subqi, I., Hasan, S., & Riani, E. (2021). Peran Lptp Melalui Pendekatan Agama Dan Multisektor Dalam Penanganan Penurunan Angka Stunting Di Desa Pagarejo Wonosobo. *Jurnal Al-Ijtima'iyah*, 7(1), 111-136.
- Susiloningtyas, I. (2023). Pemberian Zat Besi (Fe) Dalam Kehamilan. *Majalah Ilmiah Sultan Agung*, 50(128), 73-99.